Евгения Павловская

инструкция по управлению своей жизнью

Сам Себе Творец

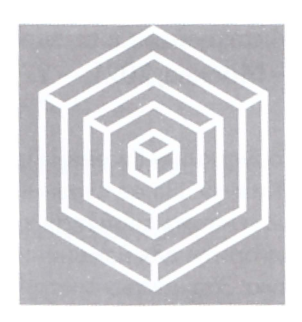




ЕВГЕНИЯ ПАВЛОВСКАЯ

САМ СЕБЕ ТВОРЕЦ

Инструкция к созданию жизни своей мечты



МОСКВА
2021

УДК 159.9
ББК 88.5
П12

Павловская, Евгения.

П12 Сам себе творец. Инструкция к созданию жизни своей мечты/ Евгения Павловская. — Москва, 2021. — 224 с. : ил.

Вы держите в руках вторую книгу Евгении Павловской, автора технологии XXII века «Жить Свою Жизнь». На ее страницах вы узнаете, как выйти из нежелательного status quo и начать свой путь к Жизни Мечты. Автор меняет ваш взгляд на мир, дает алгоритм для изменения своей жизненной позиции на счастливую и ресурсную. Эта книга – инструмент по формированию нового мышления, она полна открытий и инсайтов. Но главный секрет в том, что все они внутри нас.

ISBN: 978-5-91615-137-4

9 785916 151374

УДК 159.9
ББК 88.5

Оглавление

Что говорят о моей первой книге «Жить Свою Жизнь»

Елена

Евгения, хочу выразить огромную благодарность ВАМ за книгу. Когда я её получила, у меня от радости потекли слезы. Прослушала многие эфиры, были инсайты, но атака системы возвращала в поле страданий. После прочтения книги появилась целостность меня самой. Особенно зацепила тема нарождённых детей. Столько лет поиска и страданий! Теперь у меня появилась цель – учиться у вас и рассказывать людям, что можно жить и радоваться! Как возможность появится, я Ваш ученик!!! С огромным уважением и благодарностью.

Татьяна

Я купила книгу по совету подруги, до прочтения я смотрела эфиры. Как только пришла книга, я её прочитала за два дня, а потом прочитала второй раз. И удивилась, что книга раскрывается при повторном прочтении совсем по-другому. И самое удивительное: у меня начались изменения в жизни, сначала на работе, мне стало легче работать, и как круто, что каждый день я могу видеть, как работает ваш метод в моей жизни! Я невероятно вам благодарна! ВСЕМ советую прочитать, это действительно книга, меняющая жизнь!

Марина

Я получила книгу Евгении пару месяцев назад. Живу в другой стране и хочу сказать, что книга дошла очень быстро, и, кроме того, её бросили в почтовый ящик! Обычно хожу даже за маленькими посылками на таможню. Я учусь у Евгении на годовой программе, и у нас очень много домашних заданий, групповых встреч и очень много обучающей инфор-

мации. НО, читая книгу Евгении Павловской «Жить свою жизнь», я нашла много дополнительных важных своих инсайтов для своей жизни! Спасибо, дорогая Евгения!

Я учусь у Евгении, тем не менее, книгу перечитываю уже второй раз. Каждый раз вижу для себя что-то новое, заново для меня открываются и раскрываются смысл и тексты. Для меня важные инсайты про своё место и ДОЗы, порядки в СИСТЕМЕ ПРОДОЛЖЕНИЯ ЖИЗНИ, цели, бонусы системы. Я думаю, ещё и третий, и четвёртый раз перечитаю. Это лучшая книга, которая попала мне в руки за всю мою жизнь! Её полезность и ценность для меня просто словами не обозначить. Всем от всего сердца рекомендую, жизнь однозначно идёт в другое русло – процветания, изобилия, любви!

Лима

Книга – это вообще инструкция к жизни! А я ещё заметила, если пройти хотя бы один курс Евгении, книга ещё круче понимается и воспринимается. И я её подарила с автографом близким, и они в восторге. В общем, все тут уже поняли, я фанат всего, что делает и даёт Женя! Я 14 лет непрерывно обучалась: куча практик и тренингов, а ответы я только здесь нашла. За 14 лет я вложила в свои знания порядка 9 млн руб., так что, если бы я сразу попала к Жене, однозначно сэкономила бы их, тем не менее у каждого свой путь, и я прошла именнотакой!

Юлия

Я купила книгу «Жить свою жизнь» в июне, когда она только вышла. Прочитала её за день, и книга мне показалась довольно поверхностной. Но на тот момент я слушала несколько бесплатных эфиров Евгении и посчитала, что в книге нет ответов на мои вопросы, но есть то, что я уже слышала из эфиров. Спустя несколько месяцев, после двух онлайн-курсов, одного живого тренинга и работы над собой, я снова открыла книгу. И поняла, насколько же она глубокая! За два дня я прочитала не больше тридцати страниц, потому что больше информации в меня не влезло. И я оставила её на столе, чтобы периодически открывать и искать ещё больше нового для себя.

Ирина

После прочтения вашей книги меня осенило, что я доказываю свою «хорошесть» партнёрам по бизнесу и одновременно пытаюсь их исключить из системы. И ещё удивляюсь, почему постоянно не хватает оборотных средств. Теперь всё встало на свои места, и каким-то чудесным образом стали возвращаться старые клиенты. Благодарю вас за ваш труд и знания, которыми вы делитесь.

Мария

Это одна из самых дорогих книг, которые я покупала. И в то же время, одна из самых простых. Без магии. В ней всё, как я люблю. Минимум слов, максимум понимания. Всё чётко, просто и легко!

Виктория

Книга «Жить свою Жизнь» – это не просто подарок! Это дать возможность себе и своему окружению увидеть эту жизнь под совершенно другим углом! Счастливым и успешным «углом»!

Татьяна

Даже после нескольких курсов, где преподавалась часть материала, всё дополняется и дополняется новыми деталями. Живая книга для меня – это особенная энергетика. Я кайфую от процесса – это стала настольная книга! Must have для каждого, кто хочет жить свою жизнь. Ещё я утром наугад открываю страницу и читаю тезис. Этот тезис становится моей целью проработки на день. Очень интересное упражнение для прокачки. Спасибо огромное за книгу и знания.

Юлия

Я купила книгу «Жить свою Жизнь», в июне, кажется, когда она только вышла. Прочитала ее за день. Вот есть выражение: красота в глазах смотрящего. Хочется перефразировать относительно книги, но не получается это сделать грамотно. В общем, книга очень крутая. В ней реально очень много всего, и я еще не способна даже осознать сколько там ценностей!

Татьяна

Огромная вам благодарность за книгу и за то, что вы делаете! Наконец-то я нашла своего учителя. Я читала книгу, и у меня выступали слёзы радости и осознаний. Как долго я вас искала, как долго я вас ждала! Вроде бы в процессе чтения многое до конца не понимала, но как только всё прочитала – пошли инсайт за инсайтом. Такие драгоценные моменты жизни… И я всё про себя поняла! А потом звонок маме, слёзы счастья и взаимное признание в любви, чего очень давно не было. Огромная благодарность вам и вашей системе!

Екатерина

Шесть месяцев назад я познакомилась с Евгенией Павловской и её методикой Системного подхода. Мой первый курс с Женей поменял меня, привел к новому Миру, наполнил счастьем, любовью и жизнью, где всё возможно!

После курса я купила книгу Евгении «Жить свою жизнь» и перечитываю её главы каждый раз, когда нужна подсказка, путь, чтобы вернуться туда, на своё счастливое место – там, где есть любовь! Рекомендую книгу всем – у меня получается возвращаться с ней в ресурсное состояние, получится и у вас!

Елена

Евгения, здравствуйте! Хочу выразить вам огромную благодарность за книгу. Когда я её получила, у меня от радости потекли слёзы. Прослушав многие эфиры, были инсайты, но атаки системы возвращали в поле страдания. После прочтения появилась целостность системы, особенно зацепила тема нерожденных детей. Столько лет поиска и страданий! Теперь у меня появилась цель – учиться у Вас и рассказать людям, что можно жить и радоваться! Я рекомендую вашу книгу к прочтению моим родственникам и близким друзьям. Как возможность появится, я ваш ученик. С огромным уважением и благодарностью, Елена.

Более 150 000 клиентов по всему миру!

Из них 93% решили свои глобальные проблемы:

92% Вышли замуж. женились
89% Нашли партнера
91% Стали родителями
94% Избавились от зависимостей (курение, алкоголь, компьютер)
90% Увеличили свой доход
95% Наладили отношения с родителями
93% Наладили отношения с детьми
92% Гаромонизировали отношения с партнерами в семье
87% Расширили свои связи, и нашли новых партнеров в бизнесе
88% Занялись любимым делом

Евгения Павловская — автор уникальной технологии XXII века «Жить Свою Жизнь», аналогов которой нет на территории России и СНГ.

География программ Евгении Павловской:

Москва, Екатеринбург, Сочи, Казань, Германия, Италия, Испания, Бали, Майами, Мексика.

Авторская система Павловской основана на принципах математики, логики и психологических методах. Она позволяет достичь эффективного устойчивого результата в короткие сроки и в самых важных сферах жизни: Здоровье, Отношения, Бизнес, Деньги.

Результаты, которых достигают участники программ:

своими глазами видят то, что блокирует успех в жизни;

понимают, почему не складываются отношения с родителями, партнером, детьми;

получают ИНСТРУМЕНТ, который начинают успешно применять в жизни в первый же день;

учатся контролировать эмоции и мгновенно разрешать ситуации, которые раньше казались сложными;

легко и без усилий, сами собой решаются многие вопросы, которые касаются Денег, Отношений и Здоровья.

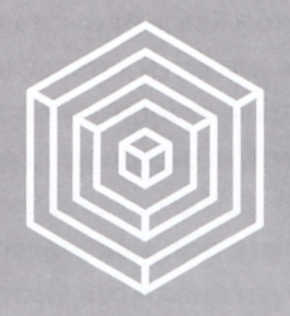
И вы так сможете!

Ваше время — для вас!

Быть хорошим или счастливым?

Быть правым или богатым?

Что выбираешь ты?



Вступление

Вы держите в руках вторую книгу моей авторской серии практических руководств по личному развитию. Серия открывалась книгой-решением «Жить Свою Жизнь», где подробно рассказано о принципах работы систем, о том, как они устроены и какие системы существуют в жизни. В последующих книгах мы познакомимся с каждой отдельной системой поближе. Поговорим об отношениях, деньгах, здоровье, бизнесе.

В этой книге рассказывается о том, как можно найти то место воплощения себя, где все в жизни удается и где живется в кайф и в радость. Так, как мечтают все и каждый: легко, просто и красиво. Я, Евгения Павловская, могу привести вас туда, где можно все это получить. Просто так.

Почему я могу рассказывать вам про это место и про технологию, которые к нему ведут? Потому что я сама научилась так жить. Однажды я просто пришла к жизни своей мечты, но это произошло не случайно.

Один из главных порядков помощи говорит, что мы можем давать только то, что имеем сами. Это очень простой закон, по которому я живу. Всегда, прежде чем делиться с вами чем-либо, я сначала это пробую, подкрепляю эмпирическим фундаментом (моими успехами и успехами моих клиентов), и только потом могу рассказывать это миру, точнее, всем вам. Так работает система. Именно поэтому я говорю, что 100%-й результат ждет любого человека при условии выполнения всех заданий и рекомендаций на моих программах.

Согласитесь, если сгруппировать все вопросы, которые интересуют человека в жизни, мы сформулируем из них три основных:

- где взять деньги (как найти работу по душе или построить свой бизнес);
- как построить идеальные отношения (с партнером, с родителями, с детьми, сотрудниками);
- как сохранить здоровье (внутренние силы человека).

Что касается последнего пункта, здесь не имеются в виду болезни в медицинском смысле слова. Внимание уделяется внутреннему состоянию человека, когда он становится ресурсным, энергичным, когда может жить «в потоке».

Деньги, Отношения, Здоровье я сокращенно называю «ДОЗами». Многие мои клиенты говорят, что приходят ко мне за дозами. И я с радостью рассказываю, как найти то место, где эти «ДОЗы» есть в нужном количестве.

Когда у нас есть деньги, отношения, здоровье, мы все живем в кайф, или, как я говорю, «в поле радости». А когда у нас этих составляющих нет, мы живем в «поле страданий». Все люди живут либо в «поле радости», либо в «поле страданий». Я знаю, как выйти в «поле радости», в то место, куда «ДОЗы» приходят автоматически и содержатся там в достаточном объеме.

И вам покажу, как проделать этот, на первый взгляд, невозможный путь легко и просто.

Об авторе и методе

Как я сказала, делиться можно только тем, что пережил, понял и имеешь сам. У меня был очень интересный путь к «Своей жизни». За плечами у меня счастливый брак, несколько успешных бизнесов, прекрасные отношения с родителями и самостоятельные дети. Сейчас я абсолютно счастлива и реализована.

Несколько фактов обо мне:

1. Основатель Академии системных решений academy-br.ru.
2. Имею опыт в обучении собственников бизнеса и сотрудников компаний с 2010 года.
3. Автор более 50-ти обучающих программ в сферах: Бизнес, Отношения, Семья, Здоровье, Развитие, Предназначение.
4. Лучший спикер в номинации «Люди бизнеса».
5. Идейный вдохновитель и основатель топового благотворительного проекта для подростков «Стартап в успешную жизнь».
6. Официальный информационный партнер школы Берта Хеллингера (Германия).
7. Член профессиональной психотерапевтической лиги.
8. Автор и ведущая передач в рубрике «Бизнес-психология».

9. Тренер международного уровня MSS. Обучаю людей жить свою жизнь, где есть ДОЗы — Деньги, Отношения, Здоровье.

10. Автор книги-бестселлера «Жить свою жизнь».

11. Автор самого востребованного курса «Свое место в жизни», а также суперпопулярных: «Мастер своей Жизни и Бизнеса», «Формула Богатства», «Мужчина и Женщина. Как удается Любовь и Секс».

12. Имею четыре высших образования в области управления, юриспруденции, психологии, политического консалтинга.

13. Более чем 150 000 клиентов по всему миру.

Эта сухая официальная информация свидетельствует о том, что я помогаю людям в разных сферах жизни: работаю и с бизнесом, и с отношениями между партнерами, родителями и детьми, со здоровьем, с деньгами. Моя авторская технология дает результаты везде! Вы тоже сможете обрести гармонию и встать на Свое Место в жизни. Я знаю, где проходит простая и понятная дорога к счастью, помогаю другим встать на путь осознанного принятия своей жизни, изменить мышление в сторону богатства и успеха.

Моя технология уникальна. Я смело могу утверждать, что она шагнула прямиком в XXII век. В свое время, на обучении у одного из своих учителей Берта Хеллингера я познакомилась с системным подходом и поняла, что счастливая жизнь — это соблюдение трех универсальных законов жизни (о них пойдет речь дальше). И больше ничего не нужно: ни борьбы, ни мучений, ни насилия... Но оказалось, что этого недостаточно, и тогда я создала свою уникальную технологию ЖИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ, добавив туда свои опытные наработки. Суть авторской технологии — инструкции, как жить свою жизнь, основанные на совокупном системном подходе. Я рассматриваю все сферы жизни как системы, в которых есть свои свойства, порядки и роли.



У вас уже есть все знания для того, чтобы стать счастливыми. Ничего, что сказано в этой или последующих книгах, не станет для вас открытием сродни изобретению велосипеда. Я лишь разверну ваш вектор внимания на тот, который заложен в нас человеческой природой при рождении. Все ресурсы и маршруты у вас внутри. Вы — Творец, и этим все сказано.





И теперь точно знаю и делюсь тем, как прийти в «поле радости», где вы постоянно находитесь в ресурсе и получаете свои ДОЗы (Деньги–Отношения–Здоровье).

А ХОТИТЕ, Я ОТКРОЮ ВАМ «СТРАШНЫЙ» СЕКРЕТ?

У ВАС УЖЕ ЕСТЬ ВСЕ ЗНАНИЯ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМИ. НИЧЕГО, ЧТО СКАЗАНО В ЭТОЙ ИЛИ ПОСЛЕДУЮЩИХ КНИГАХ, НЕ СТАНЕТ ДЛЯ ВАС ОТКРЫТИЕМ СРОДНИ ИЗОБРЕТЕНИЮ ВЕЛОСИПЕДА. Я ЛИШЬ РАЗВЕРНУ ВАШ ВЕКТОР ВНИМАНИЯ НА ТОТ, КОТОРЫЙ ЗАЛОЖЕН В НАС ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ПРИРОДОЙ ПРИ РОЖДЕНИИ. ВСЕ РЕСУРСЫ И МАРШРУТЫ У ВАС ВНУТРИ. ВЫ — ТВОРЕЦ, И ЭТИМ ВСЕ СКАЗАНО.

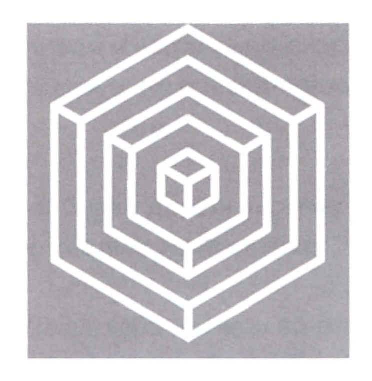
Можно сказать, что мы сами написали себе эти инструкции когда-то, но, придя в этот мир, их забыли и я помогаю их вспомнить и обучаю языку систем или языку нашего мира. Когда мы разговариваем с миром на его языке, он отвечает нам на нашем.

Ааааа девочки это нереально!!! Мне только что написали, что оплатят мою работу, которую я сделала аж в ноябре!! Хотя я делала ее на волонтерских началах!!!! Это будут мои первые заработанные за 2 года деньги!!!!! И надо еще самой сказать сколько 😊😊😊

Когда встаём на своё место, вся система балансируется❤ Изменить мы можем только себя - изменения одного человека влияют на изменения 50 человек вокруг минимум 😉

День закончился и я счастлива! Я стала лучше,реально лучше,мир стал шире или я расширилась,везде вижу бонусы! С мужем настроились на одну волну-давать без ожиданий,я ему он мне,! Смешно и приятно! Я оставила надпись на зеркале в ванной с красной губной помадой для мужа,прихожу после работы,а там в 4 раза больше послание мне. Так приятно! Наша дочь аж рот от уведенного раскрыла,и потом к нам подключилась и нарисовала свое сердце и отпечаток губ. Мы все обнялись и смеялись,это здорово!

Глава 1
ФОРМУЛА УДАЧИ СЧАСТЛИВОГО ЧЕЛОВЕКА



Глава 1
ФОРМУЛА УДАЧИ СЧАСТЛИВОГО ЧЕЛОВЕКА

Начнем, пожалуй, с вашего сегодняшнего status quo. Раз вы купили эту книгу, могу с 90%-й уверенностью утверждать, что какие-то аспекты вашего бытия идут вразрез с вашим идеальным представлением о счастливой и изобильной жизни. Вы часто задаетесь самыми обычными вопросами о несправедливости жизни и своей роли в ней.

Для вашего удобства мы будем делать лирические отступления, чтобы продемонстрировать всю теорию на практике.

Знакомьтесь: Егор и Даша. Оба женаты во второй раз. В семье двое детишек. У Егора есть сын от первого брака. С первой женой отношения напряженные. С Дашей возникают порой трения, но ребята стараются, работают над обретением своих ДОЗ и поиском своего места.

Даша: «Почему мы живем так, а не иначе? Где найти источник вселенского счастья? Как понять, где я свернула не туда? Почему кому-то везет, а кто-то ищет удачу да никак не найдет? Что со мной не так? Что не так со мной и родителями? Моменты, когда я была по-настоящему счастлива, можно сосчитать по пальцам одной руки.

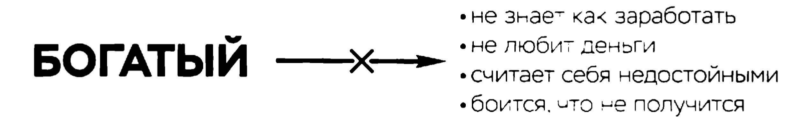
Так жить нельзя. Я мучаюсь сама и мучаю окружающих. Ведь где-то живут эти счастливые и изобильные люди. У них нет проблем, а есть куча денег, прекрасные отношения со всеми и отменное здоровье. И не в соцсетях, а в реальной жизни. Я знаю, я верю, что такие люди есть. Что же со мной не так?»

На деле же все в порядке, вы просто сидите не на своем стуле и решаете жизненные цели и задачи из чужой роли — мамы, бабушки, свекрови, партнера, дедушки, даже давно усопшего родственника. Вы не на Своем Месте. На том, которое определили для вас Судьба, Бог, Вселенная (нужное подчеркнуть). Удача ждет вас там, где вы принадлежите Своему Месту.

Игорь, знакомый Егора: «В последние годы я очень много работаю. Давит ответственность за жену и детишек. Еще и квартиру в ипотеку взяли. Работа сильно выматывает. Чувствую себя не на своем месте. Как будто меня поменяли с каким-то другим человеком, который сейчас работает там, где должен быть я, а я занимаю его место. Постоянно конфликтую с начальством и коллегами, а дома стискиваю зубы, чтобы не сорваться на жену и малышей. А я ведь всегда считал себя спокойным и уравновешенным. Держит хорошая зарплата, но сколько я еще смогу выдержать это напряжение?»

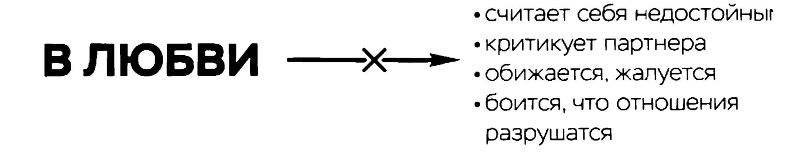
Сначала разберемся, что для вас удача. Примите за аксиому: Удача равно изобилие. Многие говорят, что удача — это везение, поток и что-то невероятное. Но я работаю с разными успешными людьми, и все они удачливые. Им просто повезло, или они такие же люди, как мы? Ответ вам известен. Снова.

ВЫ ВСТРЕЧАЛИ ТАКИХ ЛЮДЕЙ?



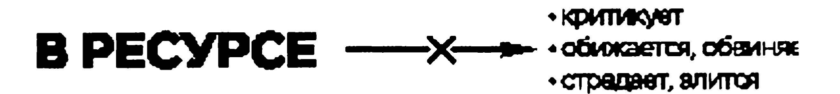
Человек, наделенный богатством, не воспринимает его как удачу. Он знает, что деньги — инструмент, и умело им пользуется.

ВЫ ВСТРЕЧАЛИ ТАКИХ ЛЮДЕЙ?

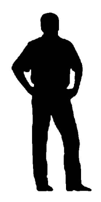


Счастливый человек любит себя и свое окружение. Он не задумывается о «если». Он живет и радуется.

ВЫ ВСТРЕЧАЛИ ТАКИХ ЛЮДЕЙ?



Человек в ресурсе никогда не тратит энергию на негативные эмоции. Он созидает и черпает эту энергию внутри себя.



✓ БОГАТЫЙ ЧЕЛОВЕК – ЛЮБИТ ДЕНЬГИ

✓ СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК – ЛЮБИТ ПАРТНЕРА, РОДИТЕЛЕЙ, ДЕТЕЙ

✓ РЕСУРСНЫЙ ЧЕЛОВЕК – СОЗИДАЕТ И ЖИВЕТ В ИЗОБИЛИИ

ЕМУ ВСЕ УДАЕТСЯ
ОН В ИЗОБИЛИИ!

Борис, друг детства Егора: «Моя жизнь похожа на гонку. Вкалываю сутками, семью не вижу. Еще и подрабатываю, где только могу. Фактически тяну две семьи, свою и родителей. У меня ощущение, что деньги будто растворяются. Их ни на что не хватает. Я не понимаю,

как другие умудряются обеспечивать себя всем необходимым, не упахиваясь, да еще и на море ездят отдыхать каждый год. Надо что-то делать с этой ситуацией, но что? Ума не приложу».

Представьте себе жизнь богатых людей. Мы вряд ли можем сказать, что они не знают, как зарабатывать, не любят деньги, считают себя недостойными, боятся, что не получится. Богатые люди так не рассуждают. Они органично вписывают деньги и успех в свою обычную жизнь и пользуются ими, как мы зубной щеткой.

Как ведут себя люди, которые счастливы в отношениях, любят своего мужа или свою жену? Считают ли они себя недостойными? Критикуют ли они своего партнера? Они жалуются или обижаются, боятся, что отношения разрушатся? У таких людей нет подобных идей. Они рады быть частью своей семьи. Они гордятся и обмениваются энергиями без задней мысли. Изобилие — их второе имя.

Елена, партнер Даши по швейному бизнесу: «Мой муж стал тираном, унижает и оскорбляет, может кричать при ребенке, учит меня постоянно, чем мне нужно заниматься, а чем нет. Говорит, что я должна его слушать и делать, как он говорит. Уйти боюсь, он имеет связи, деньги. У меня так много обязанностей, что ему невыгодно будет просто так меня отпустить. Боюсь, что дочкой будет шантажировать. С другой стороны, думаю, если уйти удастся, то с ним что-то случится плохое, если останется один. Иногда (очень редко) бывает добрым, нежным, разговаривает нормально, но очень часто зол, раздражен, повышает голос, оскорбляет. Возможно, я себя как-то не так веду, может, провоцирую чем? Я всегда хотела иметь свое швейное дело, но муж злится, когда я шью. То говорит, пустое занятие, то маникюр не такой. Устала. Иногда срываюсь на ребенка. Хочу счастливо и радостно жить».

Бывают ли у людей в ресурсе отрицательные эмоции, критикуют ли они всех вокруг, обижаются ли, обвиняют ли? И снова отрицательный ответ. Люди в ресурсе так себя не ведут. Знаете же знаменитую фразу неизвестного автора: «Когда человек делает нам больно, то, скорее всего, сам он глубоко несчастен. Счастливые люди не хамят в очередях, не ругаются в транспорте, не сплетничают о коллегах. Счастливые люди в другой реальности. Им это ни к чему».

Мама Егора: «Наша соседка живет всегда на позитиве. Порой диву даешься, как человек справляется с несправедливостью мира. У нее всегда улыбка на лице, ее редко заметишь в поликлинике или с сопливым носом, встретив во дворе. Спросишь: как дела? Всегда скажет: отлично! И дети у нее приветливые и воспитанные, с мужем они ведут себя очень тепло и приветливо. Такое чувство, что их дом — полная чаша. Неужели такое может быть?»

Богатые и ресурсные живут таким образом.

К деньгам относятся так: уважают их, любят, ценят, с легкостью воспринимают деньги как возможности, приумножают.

Партнеров воспринимают так: ценят их и уважают, любят и принимают, не требуют ничего взамен и поддерживают, доверяют им.

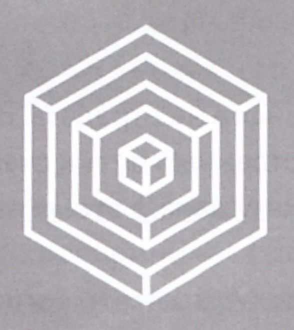
Жизнь в целом для них это что-то позитивное, они ее ценят и кайфуют от нее, относятся к ней с благодарностью. Для них все есть и все можно.

ВЫВОД: БОГАТЫЙ ЧЕЛОВЕК ЛЮБИТ ДЕНЬГИ, СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК ЛЮБИТ ПАРТНЕРА, РОДИТЕЛЕЙ, ДЕТЕЙ. РЕСУРСНЫЙ ЧЕЛОВЕК СОЗИДАЕТ И ЖИВЕТ ПОЛНОЙ ЖИЗНЬЮ. ТАКИМ ЛЮДЯМ ВСЕ УДАЕТСЯ, ОНИ ЖИВУТ В ИЗОБИЛИИ.



Вывод: богатый человек любит деньги, счастливый человек любит партнера, родителей, детей. Ресурсный человек созидает и живет полной жизнью. Таким людям все удается, они живут в изобилии.





Егор: «Когда-то в юности увлекался триллерами и фантастикой. Стивен Кинг был моим кумиром. Я заинтересовался его биографией. Оказывается, он много и упорно работал. Его не признавали, но он никогда не бросал то дело, которое приносило ему удовольствие. Этот невзрачный человек счастлив, когда сидит, склонившись над своим столом. А за дверью кабинета его ждет любящая семья. Фото, которые можно найти в сети, свидетельствуют о наполненной и счастливой жизни всего семейства Кинг. Без пафоса, зависти и звездности. Эти люди не кичатся богатством. Они просто живут и наслаждаются».

Если подумать, откуда вы можете знать, как живут все эти люди — богатые, счастливые, ресурсные? Ответ снова очевиден. Почему? Потому что эти знания внутри нас. Мы изначально «в курсе», как быть богатыми, счастливыми, ресурсными. Более того, у каждого есть четкая инструкция, как быть таким человеком. Это феномен общего знания, общего информационного поля. Я работаю с людьми именно из этого внутреннего состояния. Оно заложено в нас и дано нам по праву рождения. Мы пришли в этот мир, чтобы жить в кайф, а не страдать. Вы правда готовы поверить, что страдание — ваш единственный путь к счастью, а удача — лишь забава Великого Насмешника: этому дала, а этому не дала?

Мое определение удачи: Удача — это когда все получается, у нас есть Деньги, Отношения, Здоровье. Она внутри нас, и мы сами знаем, как все удается.

Так что же держит нас вдали от удачи, почему у нас что-то не получается, если мы все знаем? Пресловутые ловушки сознания, старые истории, убеждения и стереотипы, лень, блоки, детская позиция. Можно называть какие угодно причины. Я зову их мифами про удачу. Самые распространенные ниже.

МИФЫ ПРО УДАЧУ

✓ ЭТО СЛУЧАЙНОСТЬ
✓ КОМУ-ТО ДАНО, КОМУ-ТО НЕТ
✓ ОТ МЕНЯ НИКАК НЕ ЗАВИСИТ

ОСТАВАТЬСЯ ЖИТЬ В МИФАХ ИЛИ НАЧАТЬ ЖИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ. ОДНА ЧАСТЬ ЛЮДЕЙ ТОЧНО ЗНАЕТ, КАК ЖИВУТ БОГАТЫЕ, СЧАСТЛИВЫЕ И УСПЕШНЫЕ. А ВТОРАЯ ЖИВЕТ МИФАМИ, ПОТОМУ ЧТО ОНИ ТАК ПРИВЫКЛИ И ЭТО УДОБНО. ТЕХ, КТО ВЕРИТ В МИФЫ, Я НАЗЫВАЮ НЕУДАЧНИКАМИ, ТЕХ, КТО ЗНАЕТ И ДЕЛАЕТ — УДАЧНИКАМИ.

А где возникают эти решения? В мозгу. Но дело в том, что наш мозг устроен таким образом, что воспринимает действительность на основе опыта. Мы даем ему задачи, а он в ответ пугает нас страшилками из прошлого. Но иногда он может вести к решениям, чтобы достигнуть цели. Если прописать мозгу четкую инструкцию, он начнет ее выполнять и не будет выбирать старый, проторенный, но такой неправильный путь. Вопрос в том, куда вы смотрите своим внутренним взором.

Даша: «В школе я звезд с неба не хватала. Шла середнячком, хотя многие науки давались мне легко. Но участие в олимпиадах или выступления за школу на других соревнованиях пугали меня не мень-

ше пожара. А что, если провалюсь? А что, если опозорюсь? Засмеют, перестанут любить. Такое клеймо навсегда. Да и ребята другие вон какие способные. Куда мне до них. Я только все испорчу. А если задание будет сложнее? Это от меня не зависит. Так и бросала дело, даже не попробовав...»

Фокус внимания человека может находиться или в мифах, или в инструкциях. В соответствии с законами систем он должен быть в решении (инструкции). Четкое разделение двух половин человека (удачников и неудачников) внутри себя приведет к тому, что картина всего мира и вашей жизни станет более ясной.

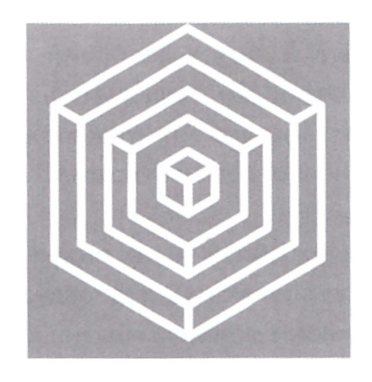
Эти знания всегда были внутри нас. И поскольку у нас есть инструкция для нашего мозга, мы можем ею пользоваться. И тогда у нас все получается, мы счастливы, находимся в ресурсе, и мы богаты. Наше изобилие живет внутри нас. А мы состоим из наших родителей — папы и мамы, а их родители — из своих родителей.

Это математика, четкая и понятная. Это четкие логические структуры, и с их помощью я рассказываю, как можно жить счастливо, в богатстве и в ресурсе, и реализовывать свои большие цели, свое предназначение.

Как же познать системный мир и оказаться внутри него? Ресурсным, богатым, счастливым. Со своими ДОЗами на Своем Месте.

Сначала нам нужно выяснить, как все это функционирует и управляет нашей жизнью.

Глава 2
ПОНЯТИЕ СИСТЕМЫ, ЕЕ ЗАКОНЫ И СВОЙСТВА



Глава 2
ПОНЯТИЕ СИСТЕМЫ, ЕЕ ЗАКОНЫ И СВОЙСТВА

Мы все в этом мире живем в системах. Нет такого места, где бы мы существовали вне систем. В каждой системе есть определенные порядки, законы и свойства. Если вы думаете, что живете не в системах, то вы Лунтик — человек, который упал с Луны, а не произошел от мамы и папы в существующем инфополе. Когда вы думаете, что это не про вас, что вы можете жить вне системы, то вы обманываете себя. Такого просто не бывает. Согласитесь, бесполезно отрицать очевидное.

Существуют биологические, физические, химические системы, бизнес-системы, системы государства, внутри тела существуют кровеносная и другие системы. И этих систем великое множество, и я каждый день открываю новую систему. Это очень увлекательное занятие.

Мы все живем только внутри систем и функционируем как элемент этой системы по ее законам. Хотим мы этого или нет, но мы живем именно так. Примите это за факт, как доказанную теорему Пифагора. Мы не можем менять системы, не можем силой нашего сознания поменять день с ночью, Солнце с Луной, весну с зимой и т. д. Вот что мы можем, так это нарушать законы системы и терять свои ДОЗы. В этом умении нам порой нет равных.

В этой книге мы рассмотрим базовую систему человеческого существования — семью. Потому что именно туда мы приходим в первую очередь. В семье начинается наш Путь.

Что же такое система? Это совокупность элементов для достижения целей. Каких? У каждой системы они разные.

ЦЕЛЬ СИСТЕМЫ ПРОДОЛЖЕНИЯ ЖИЗНИ ЗАЛОЖЕНА В ЕЕ НАЗВАНИИ. КОГДА МЫ ПРИХОДИМ В БАЗОВУЮ СИСТЕМУ, МЫ ПОПАДАЕМ ТУДА, ГДЕ УЖЕ ЕСТЬ ДВА ЭЛЕМЕНТА —•МАМА И ПАПА. МЫ ВСТУПАЕМ В СЕМЬЮ ТРЕТЬЕЙ СОСТАВЛЯЮЩЕЙ, ЧТОБЫ ЗАТЕМ ПРОДОЛЖИТЬ ЖИЗНЬ ДАЛЬШЕ. ДЛЯ ЭТОГО НАМ НУЖНЫ ПАРТНЕР И РЕСУРСЫ (ЗДОРОВЬЕ, СЧАСТЬЕ). ТАК МЫ ПЕРЕДАЕМ ЖИЗНЬ, ВЫПОЛНЯЯ СВОЮ ФУНКЦИЮ В ЭТОЙ СИСТЕМЕ И В ДРУГИХ, БОЛЕЕ КРУПНЫХ.

Как наши родители собирали и копили опыт для нас, так и мы становимся лучшей версией родителей и передаем свой опыт детям, чтобы они продолжили Жизнь. Мы действуем, пока не умираем. Все системы всегда стремятся к какому-то движению. Если в системе нет движения, то мы тогда оказываемся в трясине, где застреваем.

Если мы не способствуем цели системы — продолжить жизнь, нас как бы и нет в этой цепочке. Мы умерли для этой системы. Естественно, что она станет нас всячески вытеснять и убирать. Но если мы все время находимся в улучшении, даем что-то большее этой системе, находимся в позиции «давать», то мы тогда улучшаем свою жизнь.

Вы легко можете мне здесь возразить, что есть успешные и счастливые люди, которые не продолжают жизнь в известном смысле слова. Тем не менее, они в изобилии существуют на Своем Месте. Это первое проявление вопросов-блокираторов. То есть таких вопросов, которые возникают в процессе изучения нового материала по любой теме

и тянут вас назад, к старому, привычному. Они мешают мозгу воспринимать новое и правильное, потому что в «старом болоте» хорошо и уютно.

Заведите специальный блокнот и записывайте все вопросы-блокираторы туда. Их будет масса. В конце мы посмотрим, сколько из них остались не отвеченными (спойлер: ноль).

В КАЖДОЙ СИСТЕМЕ ЕСТЬ «ПАКЕТ ОПЦИЙ» СВОЕГО МЕСТА — ЭТО ТО, ЧЕГО ХОЧЕТ КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК: ДЕНЬГИ, ОТНОШЕНИЯ, ЗДОРОВЬЕ — ДОЗЫ. КОГДА МЫ НАХОДИМСЯ НА ЭТОМ МЕСТЕ, ТО ВСЕ БОНУСЫ У НАС ЕСТЬ АВТОМАТИЧЕСКИ ПО ПРАВУ РОЖДЕНИЯ. МЫ В ИЗОБИЛИИ.

Запишите очередное возражение в блокнот: «А кто сказал, что на Своем Месте все это есть?»

Как все хорошо и идеально получается: встал в одно утро, начал давать всем вокруг любовь, внимание — и жизнь наладилась! Да вот только в жизни так не работает. Первая нестыковка в том, что нельзя давать, чего сами не имеете. Вы не сможете дать счастье другим, пока сами несчастливы, не сможете ничего отделить от себя, если сами не в состоянии изобилия. А если попробовать давать, то это будет происходить из состояния «хорошести», чтобы вас похвалили и оценили. Это опять не свое место.

Егор: «Мама всегда жертвовала собой ради нас, ради папы. Выполняла все его прихоти. Буквально ходила за ним, как за ребенком: вот покушать, вот одеться, вот газета. А он только смотрел на нее снисходительно. Ребенком я не понимал, что это не любовь, а жалость.

Мама сама глубоко несчастлива и делает несчастными нас и папу. Он все равно никогда не ценил ее покладистости и самоотречения в его пользу. Ничего хорошего из этого не могло получиться».

Есть еще и вторая подножка. На чужом месте мы начинаем выполнять не свои роли. Вспомните, как вы воспитываете мужа, словно его мама, или как ребенок манипулирует вами, поднимаясь на роль ваших родителей. Так и происходит путаница систем и своих ролей, когда мы уходим со своего места и встаем на чужое, где нет наших денег, — там есть только деньги мамы, партнера или деньги ребенка. Там нет отношений, секса, любви, потому что с мамами не спят, и партнер в таком случае уходит к любовнице. И здоровье на этом месте есть только чужое, там — «пакет опций» того человека, чье место вы по неосторожности заняли.

Инна, подруга Даши: «Я всегда в отношениях Мамаша для своего мужчины. Это повторяется всегда. Уже 10 лет, три разных партнера, и все как по нотам. Встречаемся — все чудесно, а потом... то секс просто исчезает, то мужчина агрессивный и спускает мои деньги, как подросток. И все они ведут себя как дети, а я для них мамка. Я устала очень от этого».

У меня все проще как то с мужем. Я просто перестала ждать от него каких то действий и стала меняться сама (перестала его учить, давать советы). Осознала что он мне ничего не должен и ожидания не работают. Ещё посмотрела один разбор в прямом эфире про отношения. Прям узнала свои, и поняла что жила из позиции ты мне я тебе, а раз ты мне не дал того что я от тебя ждала, то и я не дам. А теперь я просто делаю то что должна делать я как женщина, как жена. И отношения очень изменились.

Можно поделюсь?))
Я как вышла на своё место с папой, у меня и с мужем отношения перестроились. Секс нон-стоп, аж неудобно 🙈 мотаемся то на старую дачу, то типа в магазин едем... и в лес! 9 лет в браке, такого даже в медовый месяц не было 😊
Вот тебе и взаимосвязь! А всего-то вышла на своё место! Женя, вам моя женская благодарность и любовь!!!

что все постепенно стало вставать на свои места. В семье отношения с родителями и супругой стали легкими и начали приносить только удовольствие. Бизнес начал расти, как только я направил туда фокус внимания и начал понимать, кто и какие роли там играет. В общем "прокачка" моих ролей удалась, идем дальше!
С радостью приглашаю на следующий старт марафона!

Помните, я говорила, что мы спецы только в нарушении законов систем и потере своих ДОЗ? Давайте расскажу, как это происходит, как мы нарушаем роли в базовой системе с родителями.

Когда мы начинаем воспитывать своих родителей, то мы автоматически выходим на место мамы для мамы. На своем месте мы живем свою жизнь, и у нас есть наш «пакет опций», но когда мы начинаем воспитывать родителей, то мы уходим на место их родителей. Какое у нас там может быть здоровье, на месте стариков и старушек? Там нет здоровья. Там есть деньги (пенсия) нашей бабушки. Там нет отношений с партнером, потому что наш партнер находится на своем месте, а не на месте партнера бабушки. Когда наш партнер уходит на место дедушки, то мы получаем повторяющийся сценарий и живем жизнь своих предков, а не свою. И это не карма и не судьба, это просто математика и сигнал о том, что мы — не на своем месте. Когда мы возвращаемся на свое место, все меняется. Бонусы (любовь, секс, подарки, понимание, послушание) приходят автоматически.

Ещё инсайтом для меня было, что меня нет в системе мама и ее родители, просто меня там нет)) я не могу знать, как лучше для моей мамы и что она должна делать, вчера приехали к маме, пьём чай и когда возникала мысль, что я лучше что-то знаю про поведение, как маме лучше...внутренний голос Евгении продолжал мне говорить тебя нет в системе мамы и ее родителей, ты только дочка 😌 помогало, но нужно тренировать этот новый навык, так как долго я была мамой для своей мамы и ее партнером, сейчас хочу выйти на своё, мне интересно что же там на моем месте. как там у меня 🙈

И меня очень поддержал тот факт, что во мне есть защита и признание папой. Я плакала как ребёнок, чувствуя внутри родительскую поддержку Гладила запястье правой руки и ощущала поддержку... это вроде так мелко, но и так важно Столько лет было убеждение, что я одна сама по себе и никому не нужна .... а тут оказывается и мама внутри, и папа и род в целом, каждый предок

Когда мы недовольны всем партнерским родом, семьей партнера или только его мамой, говорим, что наш ребенок — это только мой ребенок, и запрещаем членам семьи общаться с детьми, то мы полностью блокируем жизнь ребенка. Мы закрываем поток опыта, знаний, информации, которые пришли от родственников папы ребенка, и перекрываем цель системы «семья», которая не расширяется, а остается однобокой.

С самим понятием системы мы разобрались. Давайте посмотрим, в каких системах мы живем. Их огромное количество, и все они пересекаются друг с другом, взаимодействуют. Поэтому, когда мы выходим на свое место в базовой системе, все остальные системы автоматически стремятся встать на положенное место, но в них тоже есть свои порядки.

Какие у нас есть системы?

«Я как система». Я состою из тела, у меня есть эмоции и чувства, есть душа, есть разум. И я как система состою из этих элементов. Наше тело, например, состоит еще из ряда элементов: кровеносная система, система внутренних органов, пищеварительная система и еще множество других систем и элементов.

«СЕМЬЯ»

1. Родительская система (я и родители).
2. Родовая (бабушки, дедушки, тети, дяди...).
3. Партнерская система (нынешняя семья — я с партнером).
4. Отношения с детьми.

«СОЦИУМ»

1. Государство, и в государстве есть очень много своих систем: налоговая система, политическая, экономическая, законодательная, камеральная, образовательная и т. д.

2. Религия как система — это отдельный блок систем.

3. Организация как система — это отношения с коллегами, с начальником, с конкурентами, клиентами и т. д.

Есть какие-то другие системы, в которых мы живем, это наши взаимоотношения с друзьями, с коллегами, наши хобби.

Есть и более глобальные системы — это Вселенная, Солнечная система, математические, химические, физические системы.

На самом деле, в мире очень много систем, и в каждой из них действуют Законы.

Какие законы управляют системами?

Их всего три: закон иерархии, закон принадлежности, закон баланса. **ЗАНИМАТЬ СВОЕ МЕСТО – ЭТО СОБЛЮДАТЬ ВСЕГО ТРИ БАЗОВЫХ ЗАКОНА, КОТОРЫЕ ЕСТЬ ВО ВСЕХ СИСТЕМАХ.** Если мы в одной системе соблюдаем эти три закона, значит, мы в этой системе получаем бонусы. Если мы в другой системе соблюдаем эти законы, значит, мы и там получаем бонусы. Точно так же происходит и в третьей, и в четвертой системах. Тогда наша жизнь переходит на уровень, когда мы можем не страдать, не переживать, а жить в потоке, в ресурсе, когда все удается. И инструментом является то, что мы выполняем определенные действия по соблюдению этого закона.

Надо понимать, что одного знания законов мало. Необходимо менять свое поведение, эволюционировать в сторону жизни мечты во всех системах. Если этого не делать, а просто выучить законы, то перед вами предстанет картина, как все неправильно в вашей жизни и почему ничего не удается. А что с этим делать — совершенно непонятно.

Я попала в такую же ловушку, совершила ту же ошибку. Тогда-то мне и пришло в голову исследовать вопрос поглубже и создать систему, где описано, как менять свою жизнь согласно законам. Всего их три. Подробно остановлюсь на каждом.

ЗАКОН ИЕРАРХИИ. Первый, кто появился в системе, имеет преимущество:

- родители перед детьми;
- первый партнер перед вторым;
- старший ребенок перед младшим.

Как видите, ничего нового. Простая вертикальная структура, где у каждого элемента системы есть свое место.

Как мы нарушаем Закон Иерархии?

1. Вмешиваемся в жизнь старших: дети учат родителей, дают им советы, жалуются на родителей, партнеров, родственников.

2. Осуждаем старших, не уважаем их, не благодарим. Мы все время думаем, что родители могли бы быть какими-то другими, более совершенными для нас.

3. Чувствуем превосходство над старшими и пытаемся это им транслировать: «Я знаю лучше».

4. Учим старших братьев или сестер, хотя преимущество по закону у них.

5. Не хотим брать ответственность на себя, занимаем более низкое место в иерархии, встаем в детскую позицию.

Даша: «Мы с сестрой жили хорошо, пока были маленькие. Когда выросли, стали взрослыми, на меня напала жажда указывать ей, как надо жить. Даже в мелочах: какие книги читать, какие кружки ребенку выбирать, какую одежду носить и т. д. Я как тиран нависаю над ней и требую неукоснительно соблюдать то, что я советую. Мы постоянно ругаемся, дело доходит чуть не до драки, мы спорим и обвиняем друг друга во всех смертных грехах. Ну как же быть, ведь я правда знаю, как лучше!»

Наверняка вы замечали за собой такое поведение. А теперь спросите себя: почему же у меня нет изобилия, ДОЗ и счастья? Почему я постоянно откатываюсь в нересурсное состояние? Ответ снова вам известен.

ЗАКОН ПРИНАДЛЕЖНОСТИ. У каждого элемента в системе есть свое место, мы никого не исключаем из системы, каким бы отрицательным персонажем он ни был.

Этот закон можно понять на примере таблицы умножения. Таблица умножения — это такая же система, как и система продолжения жиз-

ни. Представьте, что 2×2 не хочет, чтобы здесь была 4, потому что она некрасивая или негодная, и пусть здесь теперь будет 9. Она ведь такая прекрасная! Звучит даже смешно, правда? Это утрированный пример, но он показывает, что каждый элемент имеет свое место, и ничего и никого исключать нельзя. Иначе система не работает.

Как мы нарушаем Закон Принадлежности?

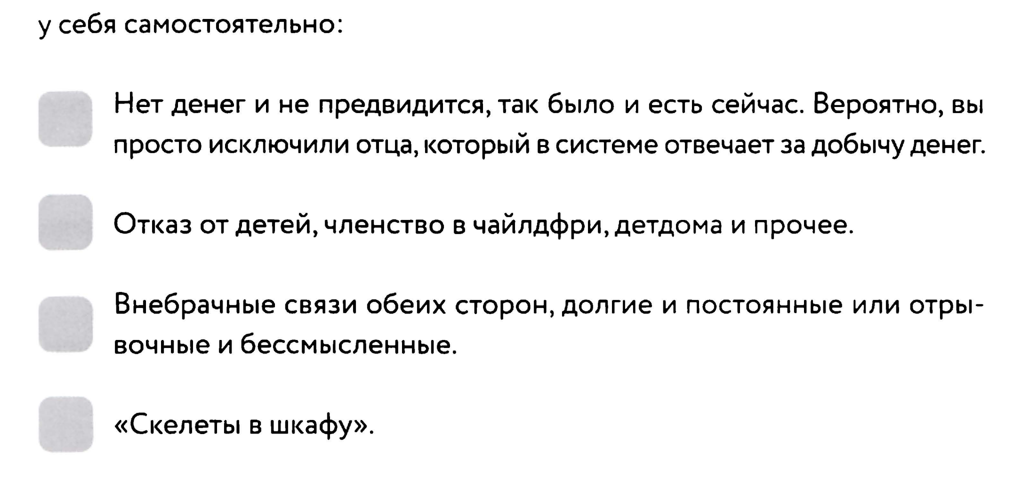
1. Мы или другие члены семьи не принимаем асоциальных родственников. Асоциальными родственниками считаются убийцы, насильники, алкоголики.

2. Исключаем или отвергаем отца или мать, если они не жили с нами, были несправедливы (как нам привычно думать) с нами или нашими матерями/отцами.

3. Скрываем аборты и другие потери. Женщины часто застревают в этих переживаниях и тащат их за собой в настоящее. Тогда живой ребенок будет стремиться попасть в поле внимания мамы: болеть, плохо учиться, капризничать, выказывать неуважение или вести себя из рук вон плохо.

Даша: «Когда я узнала, что отец Егора изменял его матери напропалую, а та прощала и продолжала поддерживать видимость семьи, я представила себе, что было бы со мной в такой ситуации. Как бы я реагировала, узнай я, что отец был неверен матери? Я, наверное, восприняла бы это как измену себе. Это так больно, что отец оказался не тем, кем я его представляла. Так больно знать, что тебя предали. Мама бы не простила, я думаю. Как пережить такое? Удар в самое сердце».

Последствия нарушения закона, которые вы можете диагностировать у себя самостоятельно:



- Нет денег и не предвидится, так было и есть сейчас. Вероятно, вы просто исключили отца, который в системе отвечает за добычу денег.
- Отказ от детей, членство в чайлдфри, детдома и прочее.
- Внебрачные связи обеих сторон, долгие и постоянные или отрывочные и бессмысленные.
- «Скелеты в шкафу».

Когда мы никого не исключаем, тогда мы можем взаимодействовать с системой и получать силу рода и благословение рода, тогда мы можем быть в ресурсе и в энергии. Ведь мы не сопротивляемся и соблюдаем этот важный закон, где каждому винтику отведены свое место и роль.

ЗАКОН БАЛАНСА. Что бы ни происходило в системе, баланс будет восстановлен.

Так было, так есть и так будет всегда. Система не терпит разгармонизации. Если произошел сбой, она будет восстанавливаться за ваш счет. Увы, вам это не понравится.

Как мы нарушаем этот Закон?

1. Берем на себя проблемы родителей. Решаем за них, выслушиваем жалобы мамы на папу и т. д.

2. Опекаем наших родителей. Говорим им, что есть, смотреть, куда ходить, помогаем деньгами, в огороде и т. д.

3. Чувствуем, что мы в неоплатном долгу перед родителями, чувствуем вину за свою неблагодарность.

4. Отдаем партнеру больше, чем можем взять. Думаем, что так заслужим любовь, уважение, почитание.

5. Получаем от партнера больше, чем можем вернуть. Потребляем, требуем, терроризируем свою вторую половину.

6. Жертвуем ради партнера, живем его жизнью. Кладем себя на алтарь служения другому человеку и горим в собственном аду.

Егор: «После развода родителей я взял на себя роль отца. Сестренка была еще мала, а маме нужны были поддержка и тот, кто разрулит создавшийся хаос. Надо было и денег достать, и сестру везде отвести-привести, и маму как-то расшевелить. В итоге я повзрослел гораздо раньше, чем мои сверстники, и до сих пор чувствую ответственность за маму и ее жизнь».

Все эти нарушения сигнализируют о том, что мы не соблюдаем закон баланса. Последствия могут быть самые разные, но в основном они проявляются в постоянной вине перед родителями, обвинении партнера в невнимательности, потере своего «Я» и счастья. Стоит только вернуться на свое место и играть свою роль, система заработает сбалансированно, и придет счастье. Б — баланс.

Неопровержимые факты о системах

На примере системы продолжения жизни, о которой мы ведем речь в этой книге, давайте рассмотрим факты систем, которые нельзя оспорить, опровергнуть, обесценить.

Факт 1. Все мы живем в системах. Каждый человек приходит в семейную систему и сразу получает свое место в жизни. Из родительской системы все выходят в 18 лет, т. к. это оговорено законодательно. Отрицать мы не станем, т. к. живем в этом государстве и его системе. Но нам никто не сказал, что в 18 лет пора уходить из системы родителей и начинать строить свою систему продолжения жизни. Нам забыли выдать инструкцию.

Факт 2. В системе продолжения жизни есть источник жизни, она передается только вперед. Мы не можем передать жизнь назад своим родителям.

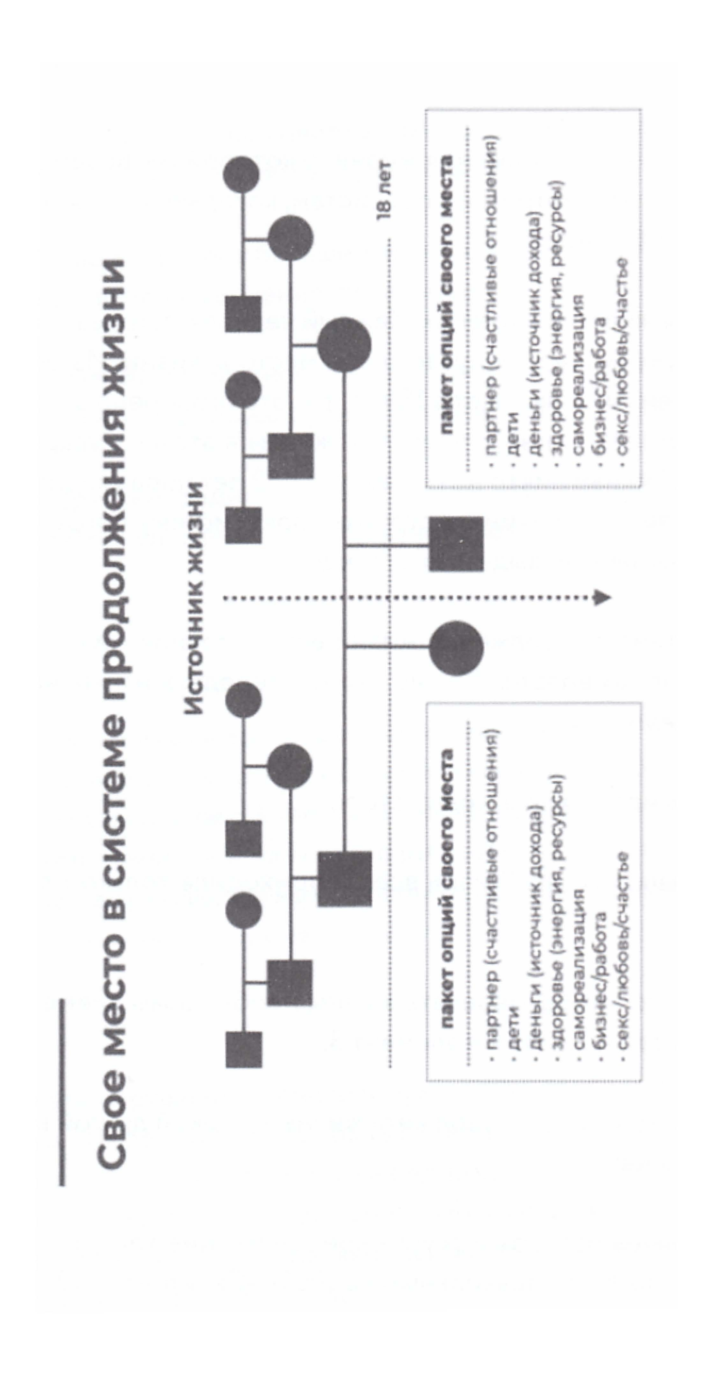
Факт 3. Жизнь идет только в одну сторону.

Факт 4. Так было всегда. Жизнь всегда приходила только одним образом.

Факт 5. Для того, чтобы передать жизнь, необходимы элемент 1, элемент 2, и тогда появляется элемент 3.

Факт 6. Цель системы — продолжить жизнь. Никакой другой цели у этой системы нет.

Факт 7. Это очень базовое и глубинное понимание того, что все, что происходило, было правильным на 100%. (См. ил. на с. 48.)


Свое место в системе продолжения жизни
Источник жизни
18 лет
пакет опций своего места
· партнер (счастливые отношения)
· дети
· деньги (источник дохода)
· здоровье (энергия, ресурсы)
· самореализация
· бизнес/работа
· секс/любовь/счастье
пакет опций своего места
· партнер (счастливые отношения)
· дети
· деньги (источник дохода)
· здоровье (энергия, ресурсы)
· самореализация
· бизнес/работа
· секс/любовь/счастье

А ТЕПЕРЬ СОГЛАСНО ФАКТАМ, ПРИВЕДЕННЫМ ВЫШЕ, ПРЕДСТАВЬТЕ, ЧТО НАША СЕМЬЯ — ЭТО ТОЖЕ ОБЫЧНАЯ СИСТЕМА, ТАКАЯ ЖЕ, КАК СОЛНЕЧНАЯ, ГОСУДАРСТВЕННАЯ, КАК ЛЮБАЯ СИСТЕМА В ТЕЛЕ ЧЕЛОВЕКА. ВНУТРИ НЕЕ ЕСТЬ НЕСКОЛЬКО ЭЛЕМЕНТОВ. КАЖДЫЙ ЗА ЧТО-ТО ОТВЕЧАЕТ. К НАМ САМИМ ЖИЗНЬ ПРИШЛА ЧЕРЕЗ НАШИХ МАМУ И ПАПУ. ЗНАЧИТ, У НИХ ЕСТЬ КАКАЯ-ТО РОЛЬ В НАШЕМ БУДУЩЕМ УСПЕХЕ.

О да, я участница этого марафона. Честно, это было самое продувное время в моей жизни. Роли женщ ны, жены и мамы при поддержке кураторов и группы. Это был космос.
Отношения с собой вышли на новый уровень , время для себя, энергия в теле и ценность себя как результат.
Отношения с мужем это отдельная история от свиданий до страсти все перестоилось, как и не мчтала ранее.
С детьми я научилась проводить время меньше, но качественно в разы.

В целом научилась виртуозно менять роди с мужем жена , с детьми мама и пр.
Вернее все ещё учусь но это новое качество и уровень

"Хочется быть краткой
За эти 30 дней мне удалось прокачать роли на 100 % и научиться понимать в моменте что сейчас я не на своем месте.
Инсайты:
1. Я исключила папу из системы и поэтому это влияло на мой доход это выяснилось в консультации с Дианой и в тот же день мне пришли деньги и я сделала в проекте больше, чем за последние 30 дней.
2. как только я понимаю, что нахожусь не на своем месте система перестает меня проверять
3. когда я на своем месте с партнером в отношениях с новой силой приходит страсть,секс и много ласки и нежности.

Я очень благодарна за этот марафон.
У меня вошло в привычку делать зарядку,выпивать по два стакана воды в день,контрастный душ,танцевать Каждый день,говорить себе комплименты.
Я стала планировать свой день.
Моя дочь стала Каждый день мне писать.
Стала самостоятельней.Чаще стала приходить ко мне.У меня улучшились отношения с ней.

Самое ценное, что я получила, - это то, что исчезла эта дыра в сердце, она заполнилась, я приняла за каких-то пару часов и папу, и маму, ушли ВСЕ конфликты с ними, внутренние и внешние! То, на что в терапии люди тратят по 20 лет, делается за пару часов на вебинаре. Появилась ясность того, кто я, исчезло чувство вины, появилась наполненность, самоценность, ощущение достоинства и любви и принятие себя.

Женя, спасибо за такой простой и действенный курс. Очень мощный по трансформации, но простой для понимания. Это базовые знания, которые просто необходимы были мне для структуризации, понятия своего места. Отследила свои старые системы, все было настолько переплетено 🙇🙇🙇. Спасибо, что даёшь возможность посмотреть на себя и свою жизнь под другим углом, шоры спали. Ура, ура, ура! Как же я жаждила этих знаний. Теперь только в свою жизнь, счастье, любовь 🖤, отношения 💏 и деньги 💰

С появлением Евгении моя жизнь уже не будет прежней... я проходила различные тренинги, но у Евгении объединено все в единое... и на столько все понятно , ясно, а главное эффективно)наладились отношения с мамой и сыном, ровное хорошее настроение и гармония внутри. Спасибо огромное Евгении .

Факт 8. Чтобы продолжить жизнь, каждому человеку нужны: партнер, секс, любовь, внутренняя гармония, счастье, дети, ресурсы, деньги, работа, здоровье. Это и есть ваш пакет опций, и он у всех одинаковый.

Факт 9. Все интуитивно «в курсе» своего места в системе.

Все эти знания — как букварь, в котором указано, что жизнь приходит в мир только таким образом, для ее передачи необходимы два элемента, и на каждом месте, повторюсь, есть «пакет опций», который служит тому, чтобы осуществить цель системы — продолжить жизнь. (См. ил на с. 52.)

Вспомним, за что базово отвечает каждый из родителей. Мама любит нас, заботится, выстраивает отношения, оберегает. Она всегда отвечает за внутреннее состояние семьи, за наши отношения, счастье, любовь и успех.

Папа учит выживать, защищает, отвечает за внешнее состояние семьи. Но самая главная функция папы испокон веков — это добытчик. Он отвечает за деньги, выход в мир, уверенность, масштабирование, внутренний стержень, способность достигать целей, развитие.

«У меня не так», — скажете вы. Не буду спорить, это очередной вопрос-блокиратор. Снова сделайте пометку в блокноте.

Пожалуй, самое время пояснить, как работает мозг и откуда берутся эти коварные вопросы.

СИСТЕМА ПРОДЛЕНИЯ ЖИЗНИ.

Цель – продолжить жизнь. Здесь есть ДОЗы.

Родовая система бывшего партнера

Родовая система бывшего партнера

Родовая система бывшего партнера

Родовая система бывшего партнера

Обеспечительная система, чтобы жизнь продолжилась. Здесь действует коллективная совесть. Цель ее - целостность любой ценой. Бонусы - сила, поддержка, фундамент актив, ресурсы. Последствия - тяжелая жизнь предков. Здесь нет наших ДОЗ. Здесь ДОЗы предков

Родовая система брата

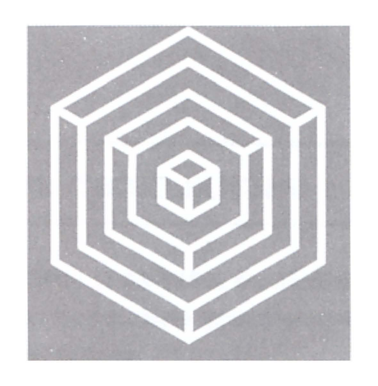
Родовая система ребенка

Родовая система сестры

Элементы системы

Цель решить и улучшить Жизнь - реализация предназначения. Если идем за предназначением - получаем все ДОЗы этого мира. Здесь все для вас. Но если мы решаем задачу рода, то получаем то, что есть там.

Глава 3
ЛОВУШКИ СОЗНАНИЯ И БЛОКИРОВКА СЧАСТЬЯ



Глава 3
ЛОВУШКИ СОЗНАНИЯ И БЛОКИРОВКА СЧАСТЬЯ

Когда мы смотрим в прошлое и вспоминаем обиды, неудачи в прошедших событиях, которые повлияли на нас теперешних, то там нет решения, мы не можем в них ничего изменить и исправить только потому, что у нас нет машины времени. Зато мы в любой момент можем начать жить Свою Жизнь и разблокировать свое счастье и ДОЗы.

Жить свою жизнь - это:

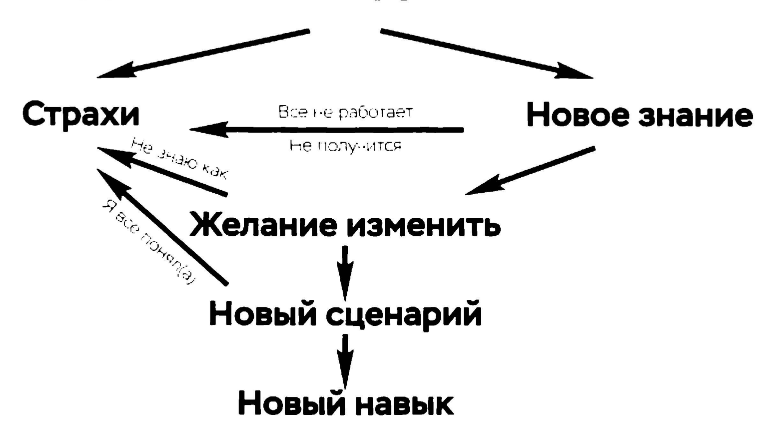
- ✓ **Жить здесь и сейчас, осознанно**
- ✓ **Соблюдать законы этого мира, быть на своем месте**
- ✓ **Сформировать новый навык своей счастливой жизни**

Мы тратим свою энергию на решение вопросов, не понимая, где у нас что-то не так, где у нас происходит сбой. Уходим в опыт, а не в решения. Бегаем по психологам, коучам, тренингам, но ничего не получается. Хотя все техники рабочие, все специалисты очень хорошие, но мы не всегда можем применить те инструменты, что нам дают.

Марина, подруга Даши: «Я родилась и выросла в небогатой семье с мышлением бедности. Всегда была в окружении обеспеченных детей от школы до университета. Задавалась вопросом: "Ну чем я хуже? Почему другие ездят отдыхать с раннего детства, а я не могу себе позволить даже мороженого?" Все детство спасала маму, она говорила, что все отдает мне, а себе даже трусов новых купить не может. Чувство вины осталось до сих пор. Начала работать в 10-м классе на 12 работах. Покупала себе то, что хотела , и чувствовала себя счастливо. Заработала на машину, ушла от родителей и стала снимать жилье, потом ипотека, будь она неладна... Которая оформлена на маму и сосет из меня все соки (мама тоже). Так я и работаю на износ до сих пор. Иначе не получается заработать денег, да и на старом способе тоже не выходит особо. Организм и нервы сдают, чувствую, что застряла в кольце и гоняюсь за собственным хвостом: нет денег, чтобы развиваться и идти к лучшей версии себя; пока не войду в состояние счастья и успеха — это ко мне и не придет. И до сих пор ежедневно меня съедает это непонимание: что же еще мне нужно проработать, чтобы сделать хотя бы небольшой рывок вперед. Прошла много бесплатных тренингов и обучений; постоянно вкладываю деньги в развитие, в онлайн- и оффлайн-обучение, но топчусь на месте... Может быть, мне нужен "врач", у самой "не получается провести операцию себе на мозге". Также огромные проблемы в отношениях с мамой, которые не могу разгрести ни с психологами, ни с личными коучами... На специалистов более высокого уровня нет сейчас средств, нахожусь на дне финансовой ямы. Эти отношения, безусловно, тоже влияют».

Когда я поняла, как устроен этот мир, я нашла корень своей проблемы. Если говорить медицинским языком, я поставила «диагноз» и поняла, что нужно «лечить». Моя проблема была в том, что я не понимала диагноз и лечила все подряд. Фокус внимания был во все стороны, а в голове был полный хаос. Я не понимала, что делать и куда идти. У меня не было претензий к тренингам и к учителям, у меня был вопрос к себе: «Почему, что бы я ни делала, у меня ничего не меняется?»

ГДЕ ПРОИСХОДИТ СБОЙ?



Но когда я поняла, что мы все живем в системах, то ко мне сразу же пришло осознание, где происходит сбой. Тогда у меня все начало получаться и получается до сих пор, и сейчас я могу обучать этому людей.

МОЯ ЦЕЛЬ — ПОКАЗАТЬ, ЧТО У КАЖДОГО ЕСТЬ ТА БОЛЕВАЯ ТОЧКА, ИЗ КОТОРОЙ ИСХОДЯТ ВСЕ ПРОБЛЕМЫ, И ДАТЬ ЧЕТКОЕ ПОНИМАНИЕ, ГДЕ У НАС ИДЕТ СБОЙ. ПОКА МЫ ЭТОГО НЕ ПОНИМАЕМ, МЫ БУДЕМ ХОДИТЬ ПО КРУГУ.

Даша: «Когда с первым мужем произошел разрыв, я долго искала себя, ходила к психологам, пыталась найти причину неудач. Я не понимала, что произошло, как мы докатились до такой жестокой конфронтации? Где та ошибка, которую мы совершили вместе? Коучи и подобные специалисты предлагали разные решения, но я чувствовала, что дело не в ситуации в целом, не в муже или наших разногласиях. Дело во мне! Так я начала искать причину в себе. Но ничего не получалось. Я просто не там искала. Вернее, смотрела совершенно не с того ракурса».

Очень часто человек думает, что, вроде, все хорошо, потому что есть какие-никакие отношения, есть дети, есть что есть, есть где жить. Этот ответ не дает идти в решение, когда мы думаем, что у нас лучше, чем у соседки, лучше, чем у подруги и т. д. Это и есть вопрос-блокиратор, который стопорит наше развитие, позволяет в принципе ничего и не решать. Этот вопрос ведет в болото, а там, как водится, вообще нет развития.

Когда мы не можем решить свою проблему, возникает вопрос: «А что, может быть по-другому?» А если переформулировать его: «А есть те, у кого лучше?» И еще один вопрос: «Хотите ли вы, чтобы у вас стало лучше, независимо ни от кого?»

НА САМОМ ДЕЛЕ, ВНУТРИ СЕБЯ МЫ ВСЕ ХОТИМ, ЧТОБЫ ВСЕ БЫЛО ЛУЧШЕ, И ПОНИМАЕМ, ЧТО ДОСТОЙНЫ ДРУГОГО. НО НАС НЕ ПУСКАЮТ СТРАХ И НЕЗНАНИЕ.



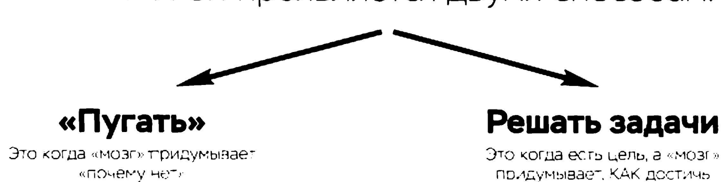
Этим миром правит мозг. Это значит, что у нас есть наш разум, который нам объясняет, убеждает, рассказывает все наши установки и страхи, а есть наш внутренний голос, который можно назвать интуицией или как вам угодно. Существуют блокирующие вопросы и блокирующие ответы, которые нам объясняют, почему не надо что-то делать, говорят, что, если мы так сделаем, то произойдет следующее...

Наш мозг намного меньше, а внутренний голос намного больше. Отсюда возникает внутренний конфликт. Есть только один выход — принять свое решение.

и после того, как вы осознали, мы берём наш мозг «в союзники», потому что:

✓ Этим миром правит «Мозг»

✓ И он проявляется двумя способами



Я жила в этой парадигме, что, вроде, все хорошо, но внутренний голос мне говорил: «Ты можешь по-другому, ведь у тебя есть знания, есть информация». Когда я так жила, я не использовала даже 1% своего внутреннего ресурса, который у меня был, потому что я все воспринимала через блокировки: «а зачем я туда пойду», «я все разрушу»...

Но в какой-то момент за счет накопленных знаний и умений, навыков я поняла, что есть люди такие же, как я, у них тоже есть руки, ноги, есть образование, какие-то знания, но они живут в другой парадигме, у них нет никаких страхов и страданий, они ставят цель и достигают ее. И тогда я заметила все свои активы, я выписала все свои образования и все свои работы, но я поняла, что я ничем этим не пользуюсь из-за каких-то своих страхов, установок, убеждений, мыслей: «зачем туда идти?»

> ЕСЛИ ОПРАВДЫВАТЬ СЕБЯ ТЕМ, ЧТО «У МЕНЯ ВСЕ В ПРИНЦИПЕ В ПОРЯДКЕ», ТО МЫ ПОПАДАЕМ В БОЛОТО. А ЕСЛИ ЗАДУМАТЬСЯ, ЧТО МОЖЕТ БЫТЬ ЛУЧШЕ, ПРОИСХОДИТ РАЗВИТИЕ В РОСТ. ЭТО СЛУЧАЕТСЯ ТОГДА, КОГДА МЫ ИДЕМ ЗА СВОИМ «ХОЧУ».

Егор: «В детстве я по указке отца занимался хоккеем. Вся жизнь и занятия в школе были подчинены графику тренировок. Да, я делал успехи, но стремления взлететь на уровень Гретцки не было. Я из-под палки тренировался, а отец ничего не замечал и только упорно пихал меня во все лиги. Ему отказывали, и он злился на меня. Сейчас я понимаю, что это было плохо для психики ребенка. Но спорт и дисциплина дали мне многое. Я знаю, как организовать себя и не отступать от намеченных целей, стараться, скрипя зубами, вырвать победу, видеть в ежедневной рутине далекий свет успеха. Школу я потом тоже подтянул. Закончил институт по двум специальностям. Теперь, оглядываясь назад, я думаю: а почему меня всегда обуревают сомнения? Я же столько всего умею и могу. Да если надо, я горы сверну. Так пришло понимание, что я способен практически на все. Надо только перестать довольствоваться малым. Ведь в душе я знаю, что могу больше».

Откуда появляются все сомнения в правильности решений?

Они возникают из-за незнания. А переломный момент наступает, когда мы ставим себе диагноз. Только тогда мы можем получить лечение. Когда мы осознаем проблему, мы можем найти решение. Это зависит только от вас. Ни один тренер, и ни один специалист не скажут вам, в чем ваша проблема, потому что только вы сами знаете, в чем у вас затык.

Правильный диагноз — это уже 90% успеха, потому что тогда вы уже понимаете, что нужно сделать. Когда у нас есть решение, тогда у нас нет никаких дыр, и энергия не сливается, и мы можем открыть источник постоянного ресурса. Я дам вам инструмент, с которым мы станем сами себе врачами и перестанем терять ресурсы.

Я осознала что со своего места я выхожу постоянно. Как только появляется какая-нибудь мысль я тут же выскакиваю со своего места. Мысль не позитивная конечно. Мысли эти отлавливаю и возвращаю себя на место. Помогает сказать: а если бы этой мысли у меня не было? Поистине волшебная фраза. Мысль тутже испаряется.

Либо спрашиваю себя: эта мысль с какого места? Явно не с моего. Тоже помогают вернуться.

Главное, чтобы быть на своем месте это осознанность

13. Перестала сопротивляться законам государства и древних систем в нем -как же классно! Столько энергии сберегла за сегодня! Приходишь в не свою систему , дошёл до цели и дальше идёшь. В магазин в маске-легко, на руках перчатки -ок) , хлебушка купила и радостная поскакала) Ни бухтения, ни сопротивления, куча энергии на свою жизнь

Я пришла к понимаю того, что когда я в ресурсе - всё прекрасно, как только энергии нет - идёт откат за откатом по всем фронтам. И я нашла, что постоянно ухожу со своего места - в системе Я с самой собой. Получив очередной откат и поняв, что на самом деле Партнер мне нужен, когда я сама в ресурсе, когда у меня есть Внутреняя Сила, Идеи и Наслаждение от самой себя, от своего тела, от своих мыслей, от своей деятельности, то я уже к Партнеру подхожу совсем по-другому. Я раньше всегда на него обижалась, что не получаю от него энергию, но сейчас понимаю, что я сама не брала, но подсознательно чувствовала о чём рассказывает Евгения, что Партнёры не могут забирать, они отдают друг другу. Сейчас мы начали движение навстречу друг другу - это факт!

Как же тогда занять свое место в жизни, где мы всегда будем в ресурсе, и это состояние станет естественным?

Олеся, подруга Даши: «У меня сложные отношения с родителями, особенно с мамой. Когда стала совершеннолетней, я старалась жить и быть от нее подальше, не приезжать в гости, чтобы на меня не навесили тонну не моих проблем и забот. Когда умер папа, появился отчим, и все их личные проблемы почему-то перелегли на меня. Но я хочу домой, и вечно бежать не получится. Я для нее всегда была как подруга, и это не мой выбор. Я стала для нее мамой (сейчас у меня маленькая дочь, и я вижу и чувствую, что начинаю иногда вести себя так же). Но я хочу, чтобы она была ребенком. Просто я хочу научиться быть на своем месте».

Только после того, как мы остановимся и поймем, где происходит системный сбой, мы сможем увидеть решение. К правильному решению мы можем прийти только тогда, когда у нас не будет сомнений. Внутрен-

ний конфликт — это бесконечность, в нем мы всегда будем ходить из минуса в плюс и обратно, в нем всегда есть аргументы и контраргументы, и все они будут на 100% правильными, потому что и под аргументы, и под контраргументы у нас будут фундамент и доказательная база. Решение можно найти только тогда, когда мы понимаем суть, как это работает. Если мы не понимаем суть, то мы будем ходить по восьмерке, не прекращая.

Егор: «Когда родители еще не развелись, я упорно старался помирить их. Мы с сестрой стали лучше учиться, чтобы родители видели изменения и обратили на нас внимание. Спорили дома, чтобы они понимали, что без семьи нам не обойтись. На правах старшего я постоянно помогал маме, но при этом давал советы и поддерживал. Обижался на отца, смотрел на него мамиными глазами. А мама пользовалась и манипулировала мной, чтобы отец остался. Для сестры я стал больше папой, чем братом, утешал ее, убеждал, что все наладится. Вступал с родителями в перепалки, когда они выясняли отношения. В какой-то момент я все бросил и выбрал одну сторону — мамину. Получается, сменил гнев на милость. Это совершенно не помогло. Будучи подростком, я не понимал, что это дело родителей, это их отношения, мне нет там места».

Всегда, если есть два решения, обязательно существует третье. Важно понимать, что простая смена полярности — это одно и то же. Нужно найти выход из бесконечности и принять новое правильное решение. Поясню. Например, вы всегда опекали маму, то есть занимали место в иерархии выше нее. И вдруг вы послушали Павловскую и перестали опекать маму. Что изменилось? Вы остались той же мамой, только теперь со знаком минус. А надо было найти третье решение и выйти на свое место с мамой (например, поцеловать ее и сказать, как вы ее любите). И этот навык нужно просто отработать!



Если оправдывать себя тем, что «у меня все в принципе в порядке», то мы попадаем в болото. А если задуматься, что может быть лучше, происходит развитие в рост. Это случается тогда, когда мы идем за своим «хочу».

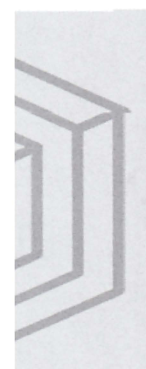




В предыдущих главах мы разобрали, что такое системный подход. Сейчас мы проанализировали, как сделать мозг нашим союзником, чтобы он не держал нас вдали от счастья, не был блокиратором. Когда мозг поймет, что там, куда вы хотите идти, безопасно, вы будете жить счастливо. Если этого не понять, то постоянно будет происходить сопротивление, и вы не сможете прийти к решению.

Моя задача — показать, как это сделать.

Мама Ольги, подруги Даши: «У меня провисают все сферы... Мне 49 лет, замужем не была, но есть две дочери. Нет работы, нет своего жилья, вся больная и замученная, выгляжу на 15 лет старше своего возраста. Младшая дочь 17 лет любит женщин, ненавидит мужчин и мальчиков (я ни разу плохо не думала и не говорила о них). Три года назад поняла, что хочу быть счастливой, много читаю, изучаю... Поняла, что у меня всё неправильно, а как правильно — не знаю. Запуталась я совсем. Сейчас куча долгов перед банками и не только, я в панике...»



ЕСЛИ ВЫ ВСЕ ЕЩЕ ЗАДАЕТЕ СЕБЕ ВОПРОСЫ, ПОЧЕМУ У ВАС НЕТ ДЕНЕГ, ПОЧЕМУ ДЕТИ БОЛЕЮТ, ПОЧЕМУ ПРОБЛЕМЫ ПРОИСХОДЯТ, ТО ЭТО ГОВОРИТ ЛИШЬ О ТОМ, ЧТО ВЫ УШЛИ СО СВОЕГО МЕСТА. ЭТИ ВОПРОСЫ, ВНЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ФАКТОВ, БУДУТ ОСТАВЛЯТЬ ВАС ВДАЛИ ОТ ЖИЗНИ ВАШЕЙ МЕЧТЫ.

В браке 15 лет, ушла в карьеру, муж в танки, ребенка растили. Отдалились, ссоры, скандалы, секса не хотел, хоть пляши перед ним голой. Очухалась первая я, стала изучать себя, знания искать, муж повернулся ко мне, секс вернулся, внимание, решили раз сын вырос, можем ещё кому-нибудь помочь, и вернулись к вопросу приемного ребенка. Всё сложилось, пазл сошёлся. Фокус внимания на себя, на свой ресурс, на свое состояние изобилия и тогда - и секс, и оргазмы, и внимание. Верьте в себя и развивайтесь. Я так чувствую этому нет предела))) всё учусь учусь. Благодарю Евгению за новые инсайты🖤

С сыном стали налаживаться отношения после прорастания в нем папы, я еще на пути, но уже лучше. Мама уже привыкла к моим звонкам и благословениям) тоже отношения стали лучше - она мне не выносит мозг критикой, а я советами)
вошла в поток - задаю вопрос во вселенную и почти сразу вижу подсказки, как решить, что сделать-это здорово.

Сопротивление естественно. Я уважаю вашу позицию и понимаю, что блокировки трудно просто взять и проигнорировать. Но, к сожалению или к счастью, здесь есть только два пути: или остаться в этих вопросах, или пойти за решением.

Ваш «пакет опций» находится на вашем месте в системе, и об этом вам постоянно говорит ваш внутренний голос: «Я хочу по-другому» или «В принципе, все хорошо, но надо улучшить». Это состояние, которое двигает вас вперед и является индикатором вашего ухода со своего места.

Ольга, подруга Даши: «Как перестать воспитывать мужа? Понимаю, что тем самым я не на своем месте. И от этого страдают и сфера денег, и отношения с детьми. Так как он для меня как взрослый ребенок. А хочется инициативного, целеустремленного мужа с амбициями, планами и действиями! Он косячит, а я не могу промолчать! Замкнутый круг. Я отчитываю, он опять косячит...»

Почему мы уходим со своего места?

1. Потому что все наши мысли — в прошлом, в отрицательных эмоциях. Когда вы находитесь в прошлом и не можете простить измену с прошлым партнером, вы не можете построить отношения с настоящим партнером. Вы все еще находитесь в другой системе.

2. Потому что мы не решаем какие-то не свои вопросы. Это когда мы начинаем искать партнеров для мамы или папы. Мы ищем себе такого партнера, который будет нравиться им, таким образом мы решаем не свои вопросы, а вопросы родителей.

3. Потому что мы занимаем детскую позицию.

Почему срабатывает этот механизм? Свойства систем — это объяснение того, почему мы не можем выйти на свое место. А уже из свойств вытекают те навыки, которые нам необходимо усвоить и отработать, чтобы они стали новыми нейронными связями и работали на генетическом уровне.

СЕЙЧАС У ВАС НЕТ НАВЫКА ВСЕГДА ФОКУСИРОВАТЬСЯ НА ПОЗИТИВЕ, НО ТАК ЖИВУ Я И ОЧЕНЬ МНОГИЕ МОИ УЧЕНИКИ. РАЗ ПОЛУЧИЛОСЬ У МЕНЯ, ТОЧНО ПОЛУЧИТСЯ И У ВАС.

Вика, приятельница Даши: «В первый раз я влюбилась в 17 лет. Сразу прибежала к маме и, сияя от счастья, поделилась с ней. Думала, что она разделит со мной мое восторженное настроение. Но мама только сказала, что она должна познакомиться с моим парнем. А познакомившись, заявила, что он мне не пара. Так повторилось и со вторым, и с третьим моими избранниками. Я заметила, что теперь, знакомясь с молодым человеком, смотрю на него будто через призму маминого восприятия. Первым делом думаю, понравится ли он маме. И понимаю, что и этот опять "не то"».

Какие же свойства есть у каждой системы?

1. Каждая система входит в более крупную. Рассмотрим это свойство на примере нашего тела. В теле есть органы и обеспечительные системы. У каждого элемента каждой системы — органа — есть своя цель. Почки входят в состав мочеполовой системы, они очищают кровь. Мочеполовая система, в свою очередь, входит в организм человека как в целостную систему. Или возьмем государство. Тоже большая система. Но и она часть более глобальных систем — мирового сообщества, планеты.

2. У каждого элемента есть свое место. В солнечной системе все планеты находятся в определенном порядке и на определенном месте. Если одного элемента не будет, то солнечная система развалится. У каждой планеты есть свой спутник, каждый элемент движется по своей траектории. Ни одна планета не пытается поменяться местами с каким-то другим элементом. В теле человека глаз, к примеру, на месте органа зрения. Он не вытесняет ухо или рот. Хорошо представить себе это свойство можно на примере таблицы умножения. Дважды два никогда не будет семь, даже если вы этого очень хотите.

3. Каждая система стремится к балансу. Представьте, что одна почка в теле отказала. Тогда функции этого органа берет на себя другая почка, кожа и другие системы в организме. То есть для того, чтобы почка выжила, тело пострадает, но оно задействует для этого все другие органы. Или во время футбольного матча тренер в какой-то момент убирает вратаря. Тогда его функции автоматически берут на себя другие игроки. Но цель прежняя — победить.

4. Все системы служат цели. Представьте систему отопления. Ее цель — дать тепло. В системе отопления есть котел, вода, батареи и другие элементы. Если система циркулирует нормально и все элементы на месте, то цель реализуется. Если бы у этой системы не было цели, то элементы не понимали бы, зачем они нужны.

Здесь очень подходит моя фраза, которую я всегда говорю в таких случаях: «Я его не рожала». Объясню. Если цель жены — воспитать мужа, то она точно в роли мамы. Но она же его не рожала. Каждое действие жены имеет какую-то цель, и эта цель нужна для какой-то системы. Но если это не ваша система, не система «мама — ваш муж», то действия «воспитать» ведут к цели этой системы.

5. В каждой системе у элемента свой функционал. В системе любой организации/предприятия у всех есть должностная инструкция, у отделов — план, цель и четкое описание функций (кто, что должен делать, чтобы прийти к цели).

В природе в каждой системе все элементы имеют свой функционал. Например, Солнце: в Солнечной системе оно будет объединяющим центром, в экосистеме оно греет, в нашей системе Солнце сигнализирует, что начался день и нам пора вставать.

Казалось бы, теперь, когда мы поняли все про системы, их свойства, законы, можно спокойно пойти и начать отрабатывать новые навыки, которые помогут нам вернуться на свое место и стать счастливыми. Не торопитесь. Всему свое время. И место.

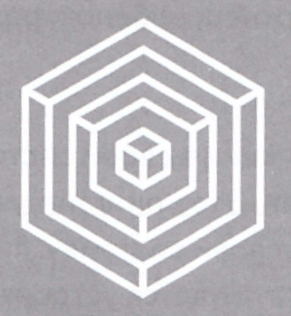
НЕПОНИМАНИЕ ЗАКОНОВ И СВОЙСТВ СИСТЕМ ПРИВОДИТ К ТОМУ, ЧТО МЫ РЕШАЕМ ТЕ ВЕЩИ, КОТОРЫЕ НЕВОЗМОЖНО РЕШИТЬ, ИСХОДЯ ИЗ ТОГО МЕСТА, В КОТОРОМ МЫ НАХОДИМСЯ. НЕ ПОНИМАЯ, КАК РАБОТАЮТ СИСТЕМЫ, МЫ ВСЕ ВРЕМЯ ДУМАЕМ, ЧТО С НАМИ ЧТО-ТО НЕ ТАК.

НО НА САМОМ ДЕЛЕ ВСЕ ПРОБЛЕМЫ ВОЗНИКАЮТ ТОЛЬКО ИЗ-ЗА НЕЗНАНИЯ СВОЕГО МЕСТА В СИСТЕМЕ И ИЗ-ЗА НАРУШЕНИЯ ФУНКЦИЙ.



Если вы все еще задаете себе вопросы, почему у вас нет денег, почему дети болеют, почему проблемы происходят, то это говорит лишь о том, что вы ушли со своего места. Эти вопросы, вне зависимости от фактов, будут оставлять вас вдали от жизни вашей мечты.





Когда вы родились, вы не знали какую-то другую историю. Если вам сказали, что вы должны жить, например, на месте папы, то вы будете постоянно это делать, не понимая, что вы не на своем месте.

Светлана, подруга Даши: «У меня за плечами два развода, и второй очень тяжелый. У нас двое общих детей, и все строилось на нездоровой созависимости. Прохожу терапию, и наконец-то, оторвалась от бывшего мужа психологически, но вот как дальше строить отношения, непонятно, так как все равно хочется здоровых отношений и пример детям. И да, для мужчин я часто занимаю позицию или мамы, или младенчика, и попадаю в позицию или тирана, или жертвы. Задолбалась, если честно»

Пока вы не увидите свое базовое нарушение, вы так и будете сливать энергию впустую. Ваш партнер, ребенок, родители — это просто показатели.

Когда вы нарушаете функции в своей системе и играете не свою роль, вы действуете, как пингвин. Этот пингвин уже узнал, что он не должен летать, он начинает жить в своей системе с пингвинами, но не высиживает яйца, как все пингвины, а пытается устроиться в роддом, чтобы родить ребенка. Мы же не хотим стать пингвинами, правда?

Парадокс в том, что как только мы касаемся семейной системы, мы начинаем забывать про все законы, свойства и навыки в системе. И самый главный навык — умение видеть себя и свое место во всех системах — дает возможность понимать, что мы просто элементы систем, и для базовой цели системы (продолжение жизни) развод ваших родителей был необходим и был правильным только потому, что вы живы и принимаете свои решения. Например, из-за этого вы не стали разводиться, а остались жить счастливо со своим мужем.

Егор: «Развод, кажется, преследует меня по жизни. Я любил первую жену, мы были очень счастливы какое-то время. Но даже эти отношения не выдержали моей внутренней боязни несчастливой жизни. Как только мы столкнулись с препятствиями, развод замаячил впереди, как болотные огни. Так разошлись мои родители. Отец всю жизнь гулял, мать боготворила его. В итоге все равно все расклеилось. Они сами разрушили свои отношения. Это не имело отношения ко мне как к ребенку. Однако очень подействовало на меня. Тем более что после ухода отца мне пришлось выполнять его роль — добытчика, защитника, главы семьи. Поэтому развод казался единственно правильным решением с Катей. Теперь я понимаю, что мои родители — это одно, мои отношения с женами — совсем другая система. Я не обязан повторять чужие ошибки».

Когда мы умеем так смотреть на всю систему, мы понимаем каждое действие любого элемента в системе. Когда мы не можем так смотреть на мир, тогда мы живем из травмы. А есть то место, где мы можем жить по-другому. И это именно то место, из которого мы видим всю систему целиком.

9. Искала работу из детской позиции - как будто работа это папа или мама, а я всеми силами пыталась понравиться ей, чтобы она меня приняла, и тогда цель достигнута. Так как мама и папа не принимали (у меня внутри), работу я себе тоже искала сразу на 2 уровня выше, чтобы наверняка был отказ. И страдала каждый раз, убивалась во время подготовки, чувства собственной несостоятельности и тд. Сейчас когда мама и папа в моем сердце, и нигде уже не надо искать принятия, пытаюсь найти свое место в работе, основываясь на своих реальных навыках и интересах, на том, чем хотелось бы заниматься и где развиваться, *а не борьба*, чтобы меня приняли во что бы то ни стало. Пока ответа нет, но фокус внимания конкретно поменялся.

"Где Я БЫЛ(а) и где Я СЕЙЧАС"
Я системе я И партнёр встаю на своё место
Раньше была мамочкой для бывшего партнера, брала ответственность за все дела, заботилась до безумия, жалела, думала, что не справится.
Теперь с Новым партнером при каждом возможном случае подчеркиваю его сильные стороны, говорю, что и сам знает, как все лучше сделать, говорю что-нибудь sexy, и иногда в голове какой-то вопрос с вечера возникает, над чем я думаю, и на след утро он сам мне про это говорит и я получаю ответ! Причём это все на расстоянии, мы в разных странах. Вот это *интересное наблюдение!*
И еще я внутри себя точно знаю, что хочу отношений чтобы никто ни от кого ничего не ожидал и не ожидаю и мне это нравится! Легко так!

Благодарю Вас, Евгения, за то, что помогли воссоединится с мамой и встать на своё место и за счастье и спокойствие, которое есть на моем месте

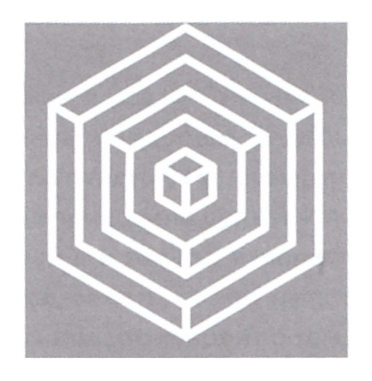
Быть хорошей в какой-то момент мне казалось это встроенная во мне функция и я долгое время находилась в этом внутреннем конфликте, так как я уже не маленькая девочка, взрослая и могу быть счастливой, сейчас есть знание и понимание, у меня есть своё место, где я счастлива и у меня есть все ресурсы внутри. Когда я чувствую негативные эмоции это означает, что я ушла со своего места и мне нужно выйти на своё, где есть мои ДОЗы и состояние счастья. Сейчас мне нравится вставать с утра, следить за питанием, делать упражнения, заниматься собой)

Находясь на Роли мамы я делаю свою дочь счастливой и мне хорошо на душе,дочь тоже хочет развиваться, я очень благодарна за такую возможность обучаться,развиваться,за возможность становиться лучше,за возможность делиться своими изменениями.
Я благодарна людям,которые пришли в мою жизнь,чтобы чему-то научить. В общем марафон был очень полезен для меня.
Я стала себя любить,уделять себе время,заниматься обучением и саморазвитием.

Теперь я «повзрослела» - на последнем семинаре Жени поняла, что до 5-ти лет так как теперь я боюсь не быть хорошей как следствие, есть недооцененность себя. И я вижу, что обретение уверенности в себе - главная стрелочка на моем пути к себе взрослой)

Tatiana Bondar
У меня была мысль, что зачем мне вообще взрослеть (скрытая такая выгода сидела), а тут поняла, что мое место - это место ВЗРОСЛОГО и только там есть энергия, счастье, радость (которые я так хотела, но пыталась получить из детской позиции), пора взрослеть!!!
2.никогда и представить не могла что я живу в детской позиции-это не про меня! Я такая серьёзная....
И как я теперь вижу это! Люди Ангелы подсвечивают очень ярко! Ну надо же раньше я думала, что я такая взрослая а вот окружающие не очень.
Написала чек лист себя взрослой и в детской позиции, расписал ситуации, 3 варианта как можно было по другому.

Глава 4
СВОЕ МЕСТО В СИСТЕМЕ. ДИАГНОСТИКА



Глава 4
СВОЕ МЕСТО В СИСТЕМЕ. ДИАГНОСТИКА

Свое Место, Свое Место… Найти Свое Место, вернуться на Свое Место… «А где оно, это самое Место?» — спросите вы. А я отвечу: «Вы знаете, где оно. Вы хотя бы раз бывали там».

Я могу это легко доказать прямо сейчас.

Вспомните то состояние, когда вы были в «поле радости», когда у вас были любовь, энергия, деньги, здоровье. Ведь был же такой момент когда-то. Вспомните прямо по пунктам. Например, у вас было сильное желание что-то купить, и тогда приходили деньги. Или у вас было внутреннее состояние любви, внутренний ресурс, наполненность, когда вы хотели каждое утро просыпаться, бежать, что-то делать, совершать безумства. У всех были такие состояния. Это говорит о том, что все знают то место, где находятся «ДОЗы».

А знаете ли вы в точности, чего вы конкретно хотите в своей жизни в теме денег, отношений и здоровья? Да, конечно. Потому что, повторюсь, вы уже хоть раз, но бывали там! Вопрос, скорее, в том, где вы сейчас. И здесь нам придется сделать шажок назад, чтобы разобраться.

Спросите себя в первую очередь: «У вас есть то, чего вы желаете в том количестве, в котором вам бы хотелось? Именно в нужном вам количестве. Потому что у всех есть деньги, а если бы их у вас не было, вы

бы не могли жить. Если бы у вас не было отношений, вы бы не общались ни с родителями, ни с детьми. А если бы у вас не было ресурса, то вы бы в данную минуту просто лежали и не вставали, находились бы в "поле мертвых"».

ГДЕ ВЫ СЕЙЧАС?

A B C

НАЙДИТЕ СВОЮ ТОЧКУ А — ТО МЕСТО, ГДЕ ВЫ СЕЙЧАС. НЕ РАСЦЕНИВАЙТЕ ЕЕ КАК ЧТО-ТО УЖАСНОЕ, НЕ ОТРИЦАЙТЕ ЕЕ. ТОЛЬКО ТОГДА ВЫ СМОЖЕТЕ ПРОЙТИ ИЗ НЕЕ В ТОЧКУ С — ЖИЗНЬ ВАШЕЙ МЕЧТЫ.

Как определить, что вы в точке А? Ответьте на вопрос, есть ли у вас такие нерешенные ситуации:

- ☐ напряженные отношения с родителями;
- ☐ недопонимание с партнером и сложные отношения;
- ☐ отсутствие контакта со своими детьми;
- ☐ постоянный стресс и нежелание двигаться к своей цели;
- ☐ ощущение, что уперлись в «потолок», и все ваши шаги не приводят к желаемому результату;

- [ ] появление неконтролируемых эмоций и чувств;
- [ ] отсутствие секса, любви;
- [ ] нет достойного дохода;
- [ ] работа не приносит радость;
- [ ] родители вмешиваются в вашу жизнь;
- [ ] вы устали тащить все на себе и решать чужие задачи.

А теперь спрошу: почему вы до сих пор не в точке С в каждой сфере вашей жизни? Помехи и препятствия у всех абсолютно одинаковые.

В деньгах это: нехватка времени, отсутствие связей, непонимание, с чего начать, страх решиться действовать, неуспешные попытки что-то изменить, «опасность».

В отношениях: мысли о том, что нет нормальных мужчин или женщин, о том, что уже слишком поздно, что все хотят от вас только денег, недоверие.

В сфере здоровья: отсутствие сил и энергии, постоянный стресс, неуспешность.

ДЕНЬГИ

- Не хватает времени
- Нет связей
- Все хорошие места заняты
- Не знаю, с чего начать
- Страшно решиться
- Пробую, не получается
- В нашей стране это опасно

ОТНОШЕНИЯ

- Нормальных мужчин нет
- Положиться можно только на себя
- Я недостаточно...
- Уже слишком поздно
- Все женщины хотят залезть в мой кошелёк

ЗДОРОВЬЕ

- Не могу себя заставить
- Нет сил
- Нет энергии
- Итак слишком много всего
- Постоянный стресс
- Нет времени на себя
- Не получается

ВСЕ ЭТО МЕШАЕТ НАМ ПРИЙТИ В ТОЧКУ С И НАСЛАЖДАТЬСЯ ЖИЗНЬЮ. ЧТОБЫ ВЫЙТИ ИЗ ТОЧКИ А, НАМ НУЖНО ОСОЗНАТЬ ЭТИ СТРАХИ, УСТАНОВКИ, УБЕЖДЕНИЯ, СНЯТЬ БЛОКИ. ТОЛЬКО ПОПАВ НА СВОЕ МЕСТО В ЖИЗНИ, МЫ ПОЛУЧИМ РЕСУРСЫ И ДОЗЫ В НУЖНОМ КОЛИЧЕСТВЕ. ЭТО ТОЧКА В.

СВОЕ МЕСТО – ЭТО КОГДА МЫ ЖИВЕМ, НАХОДИМСЯ В ДВИЖЕНИИ, И ТОГДА К НАМ НАЧИНАЮТ ПРИХОДИТЬ ДЕНЬГИ, ОТНОШЕНИЯ И ЗДОРОВЬЕ.

Очень часто, когда мои ученики начинают внедрять технологию, к ним начинают приходить деньги. Кажется, что это «чудо чудесное», но оно происходит только потому, что это вы — волшебник. Вы становитесь волшебником, когда вы учитесь, вырабатываете новый навык счастливой жизни, потому что тогда вы находитесь на своем месте.

Все люди могут сделать абсолютно все в своей жизни, если у них есть инструкция. Когда мы покупаем телефон, мы читаем инструкцию. Когда мы покупаем машину, мы читаем руководство по эксплуатации. Любое действие в нашей жизни должно быть подтверждено знаниями, как это использовать.

Точно так же, приходя в этот мир, мы должны получить инструкцию, но нам о ней никто ничего не рассказывал. У нас не было знаний о том, как жить в этом мире, как взаимодействовать с окружающими. Эту инструкцию нам никто не мог выдать, кроме наших родителей, но нашим родителям ее тоже никто не выдавал. Это значит, что у каждого есть эти знания интуитивно. Но никто из нас не владеет ими как единой системой, в которой мы живем.

Мы пришли в этот мир жить счастливо и пользоваться его благами. Если это не так, то зачем в этом мире существуют деньги, отношения, зачем мы появились в этом мире в роли мужчины и женщины, зачем все

это есть? Мы все, однозначно, пришли жить только счастливо. Нам просто никто не дал инструкцию.

На своих программах я как раз и рассказываю, как жить счастливо в каждой сфере нашей жизни. Хотя вы все это и так знаете. Так работает информационное поле, в котором мы живем. Это открытая информация, просто мы не привыкли смотреть на мир ТАК.

Важно осознать тот факт, что мы пришли в этот мир жить счастливо. Это нужно для того, чтобы мозг воспринял эту аксиому и поверил в нее. Когда наш мозг чего-то не понимает, мы не можем двигаться дальше. Помните, что мозг будет постоянно нас «пугать», тащить назад в точку А, блокировать и отбрасывать назад. А мы дадим ему инструкцию, чтобы он не пугался, а решал задачи. Когда мы не умели ходить, у нас был страх, потому что мы не знали, как это делать. Но как только мы научились ходить, мы перестали бояться. Мы просто обрели новый навык.

«ЖИТЬ СЧАСТЛИВО» — ЭТО ТОЖЕ НАВЫК. КАЖДЫЙ МОЖЕТ НАУЧИТЬСЯ, КАК ПЕРЕЙТИ ИЗ СОСТОЯНИЯ МОЗГА, КОГДА ОН НАС ПУГАЕТ, В ТО СОСТОЯНИЕ, ГДЕ ОН РЕШАЕТ ЗАДАЧИ, БЕЗ ОТКАТОВ НАЗАД. МОЗГ ПРИВЫК РАБОТАТЬ С ИНСТРУКЦИЯМИ. ТАК МЫ ОБУЧАЕМ ЕГО НОВЫМ НАВЫКАМ.

Когда мы находимся в точке А, нами управляют другие, мы ничего не выбираем. Это состояние, когда мы застряли в прошлом, в котором нашими решениями управляют чужие убеждения, чужое мнение, обстоятельства, страхи. Хотим мы этого или не хотим, все наши страхи и установки основаны на прошлом опыте и спрятаны в нашем подсознании. А там места много! И для радости, счастья и новых навыков тоже найдется. Осталось только воспользоваться инструкцией, обучить мозг новым приемам и не застревать в прошлом.

В мире полно людей, которые живут счастливо, в изобилии, и управляют своей жизнью. Они не инопланетяне, не родились в рубашке, не получили золотую ложку при рождении. Они такие же, как мы с вами. У них те же исходные данные. Значит, и нам доступна жизнь мечты. Вопрос только в том, почему вы не выбираете жить так?

Повторю, что пока вы будете находиться в установках, историях, убеждениях, вы будете думать, что у других людей были лучшие условия, богатые родители, богатые партнеры, они красивее, здоровее и т. д. Но суть в том, что эти люди точно такие же, как и вы. Пусть вас вдохновляет мысль, что «если есть тот, кто смог, то и я смогу». Надо просто найти!

ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ ИНСТРУКЦИЮ, МЫ ДОЛЖНЫ ИДТИ К ЖИЗНИ СВОЕЙ МЕЧТЫ ИЗ ТОЧКИ В. В ЭТОМ И ЗАКЛЮЧАЕТСЯ СУТЬ МОЕЙ АВТОРСКОЙ ТЕХНОЛОГИИ. ЕСЛИ МЫ ПОЙДЕМ ИЗ ТОЧКИ А, МЫ НИКОГДА НЕ ПРИДЕМ В ТОЧКУ С, ПОТОМУ ЧТО НА КАЖДОМ ШАГУ НАС БУДУТ ЖДАТЬ ЛОВУШКИ МЫШЛЕНИЯ. ЭТО И ЕСТЬ ПРИЧИНА ВСЕХ ОТКАТОВ. НЕВОЗМОЖНО ПРИЙТИ ИЗ ПРОШЛОГО (ТОЧКА А) В БУДУЩЕЕ (ТОЧКА С), НЕ ЗАЙДЯ В НАСТОЯЩЕЕ (ТОЧКА В).

A **B** **C**

Точка В — это точка, в которой у нас есть деньги, отношения, здоровье, и там мы в ресурсе. Новый навык можно получить только тогда, когда мы в ресурсе. Когда мы не в ресурсе, мы не получаем новые навыки, мы только закрываем дыры.

Этого знания не хватало мне, чтобы прийти в точку С. Когда я это поняла, то все встало на свои места. Не нужно сразу стремиться попасть в точку С, нужно прийти в точку В, на свое место, в то состояние, где все получается, где вы в потоке, где вы «здесь и сейчас».

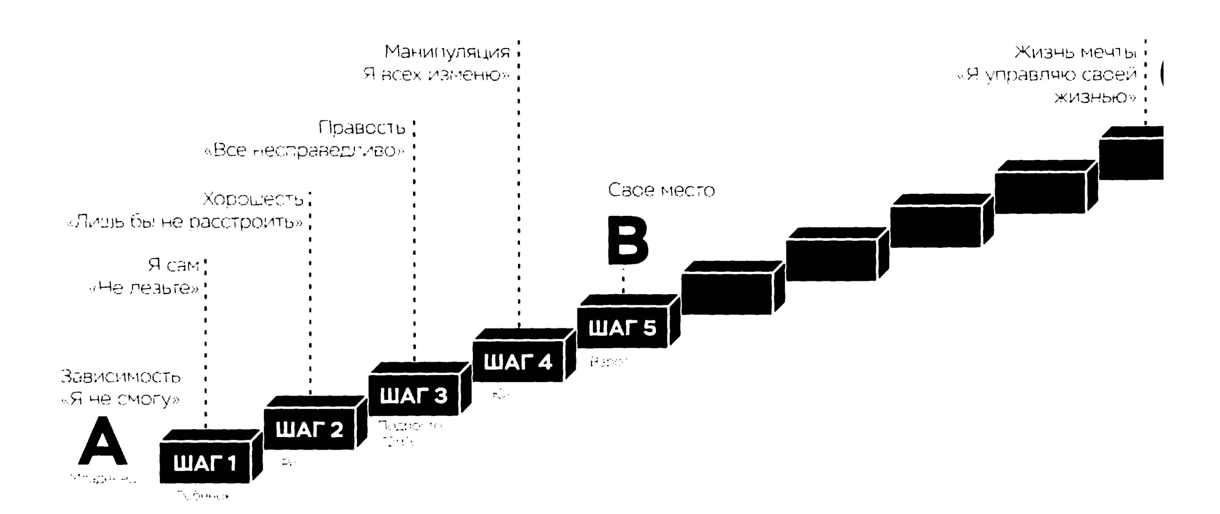
Почему нам так сложно двигаться из точки А в точку В?

ПОЧЕМУ ЭТО ТРУДНО?



Нас удерживают наши страхи, убеждения и установки. Об этом мы говорили выше.

Для того чтобы выйти из этой точки, нам нужно понять точную причину, почему мы не можем выйти. Это как в медицине: если врач не знает ваш диагноз, вы не будете у него лечиться.



На пути из точки А (вашего сегодняшнего состояния) в точку В (где есть все ресурсы и ДОЗы) мы обычно проходим несколько стадий, эволюционируя по законам природы:

Младенец. Соответствует состоянию «Я не смогу», ведь именно младенец находится в зависимости от окружающих. Он ничего не умеет сам и ждет помощи извне. Тогда мы застреваем в позиции жертвы по жизни.

Светлана, подруга Даши: «Отношения ассоциируются со стыдом. Страх близости. Не принимаю себя. На лице есть шрам. Списываю на неуверенность в себе, заниженную самооценку, но по ощущениям — это просто прикрытие. Отец-алкоголик. 9 лет была эмоционально привязана к женатому мужчине, осознала свою созависимость, отношения закончены. Не знаю, не умею строить отношения».

Ребенок в возрасте 3–6 лет. Он всегда говорит: «Я сам, не лезьте ко мне». Тогда он, конечно, движется вперед, но с большими сложностями, совершает ошибки.

Елена, партнер Даши по швейному бизнесу: «Не могу четко понять, кем мне приходится партнер. Понимаю, что все могу сама, что он мне ничего не должен. Не радуется, что я рада и счастлива. Тогда зачем мне он? Понимаю, что обида — это детская позиция. А за меня ответственность и за детей взять не хочет. Прямо откаты у меня...»

Ребенок в возрасте 7–12 лет. Стадия «хорошести». Человек старается всем угодить и делать все, чтобы не расстраивать окружающих. Тогда мы теряем ценность себя, блокируем свою жизнь и теряем все, что у нас есть.

Руководитель курсов английского языка, куда Даша водила детей: «Устала быть хорошей для всех родственников. Но когда о чем-то просят, не могу отказать, даже если сама не хочу этого делать. Этим постоянно пользуются. Я все понимаю, что надо полюбить себя и говорить нет! Но вот сделать этого не могу».

Подросток. Тут все легко: нигилизм, отрицание идеалов, ощущение несправедливости мира, все виноваты, один я прав. Тогда мы живем в состоянии борьбы и сами создаем себе проблемы.

Ольга, подруга Даши: «Каким образом выйти из детской позиции? С мужем постоянные конфликты, в которых оба ведем себя как дети, не можем выслушать друг друга и договориться! Огромное недопонимание со свекровью, вступаю с ней в "соревнования", она не дает нам полноценно жить с мужем, а я в ответ не даю ей нормально общаться с внучкой! Хочу жить во взрослой позиции!»

Юноша. Он говорит: «Я всех изменю». Стадия манипуляций. Тогда нас, вопреки нашей уверенности, все используют.

Надежда, двоюродная сестра Даши: «Нахожусь с мужем в позиции мамы, пытаюсь встать на свое место, но если его не контролировать,

не говорить, что делать, всё летит в тартарары, постоянно перекладывает на меня принятие решений. Если не говорить, что ему делать, он просто ничего и не делает...»

В любой колонке таблицы на соседней странице вы найдете себя — по последствиям, которые проживаете сейчас, или по убеждению, как все должно быть.

Почему может не получиться эволюционировать? На этапе первой нашей эволюции — взросления — мы из-за какой-то травмы застряли в одной из базовых детских позиций (младенец, ребенок и т. д.) Заходя в любую систему отношений, мы выступаем из той базовой точки — детской позиции. А надо выходить в эволюцию из взрослой позиции, из своего места. Сначала надо разобраться, где ваша базовая позиция по жизни, то есть диагностировать проблему, чтобы понять причину всех последствий в вашей жизни.

А иначе, что мы лечили все годы? Нужно быть готовыми увидеть свое место на лестнице эволюции сейчас и принять последствия. Теперь для вас нет секретов, почему у вас в жизни все именно так, а не иначе.

КОГДА ВЫ ОТСЛЕДИЛИ СВОЮ БАЗОВУЮ ПОЗИЦИЮ, ВЫ СМОЖЕТЕ ВЫЙТИ ИЗ НЕЕ, ПОТОМУ, ЧТО В КАЖДОМ ИЗ ВАС ЕСТЬ И ВЗРОСЛАЯ ПОЗИЦИЯ, КОТОРАЯ ХОЧЕТ ПОПАСТЬ В ТОЧКУ С. И ТАК В КАЖДОЙ СИСТЕМЕ. НА САМОМ ДЕЛЕ У ВСЕХ ЕСТЬ ЭТИ СТАДИИ, ОНИ ПРИСУТСТВУЮТ У НАС В КАЖДОЙ СИСТЕМЕ. ВАЖНО ОТСЛЕДИТЬ, НА КАКОЙ СТАДИИ В КАЖДОЙ ИЗ СИСТЕМ ВЫ НАХОДИТЕСЬ СЕЙЧАС. ВЫ МОЖЕТЕ БЫТЬ В ОТНОШЕНИЯХ «МЛАДЕНЦЕМ», А В СИСТЕМЕ ДЕНЕГ, НАПРИМЕР, ПОДРОСТКОМ, ЕСЛИ ВЫ ДУМАЕТЕ, ЧТО ДЕНЬГИ МОГУТ БЫТЬ ТОЛЬКО У НЕЧЕСТНЫХ ЛЮДЕЙ.

ПОЗИЦИЯ	ДЕЙСТВИЕ	ПОСЛЕДСТВИЕ	РОЛЬ
МЛАДЕНЕЦ **Я не знаю КАК**	**Не беру ответственность на себя**	В полной зависимости от родителей «Дай еще», «Ты должен...», «Я не могу, потому что...» Результат - полное отсутствие ресурсов (денег, работы, жилья). Младенец по жизни.	**Младенец по жизни**
РЕБЕНОК **Я сам/сама**	**Я сам «Не лезьте»**	Не берем ресурс от родителей. Все дается очень трудно. Лунтики, отрезанные от ресурса. Состояние неудовлетворенности жизнью.	**Ребенок по жизни**
РЕБЕНОК **Я хороший/ая**	**Хорошесть** **«Лишь бы не расстроить»**	Предаю свои интересы. Не ценность себя. Отсутствие своей жизни. Жизнь положила на родителей. Поиск похвалы, одобрения, признания.	**Хороший ребенок для всех**
ПОДРОСТОК **Я лучше знаю КАК** **Я докажу**	**Спорю** **«Все несправедливо»**	Конкуренция. Постоянная борьба с мамой и папой. Важно доказать, что они не правы. Обостренное чувство справедливости, цель - мое слово последнее.	**Подросток по жизни**
ЮНОША **Я изменю**	**Манипуляция**	Переделываем родителей. Конфликты, недовольства, ссоры. Мама для мамы/папы	**Мама для мамы/папы**

Анатолий, бывший сослуживец Егора: «В школе нас не учат правильно обращаться с деньгами. Но некоторых и не надо учить, они будто родились с этими знаниями. А другие, такие, как я, не умеют ни зарабатывать, ни экономить, ни разумно делать вложения. Как только ко мне попадает какая-то денежная сумма, она будто "жжет карман". Приходят мысли, что все равно настоящих денег мне не заработать, так почему бы не потратить то, что есть? А потом жалею, что все спустил. Видно, не судьба мне накопить на машину и другие крупные покупки».

Необходимо помнить, что все мы пришли в этот мир, чтобы жить счастливо в том моменте, где мы находимся сейчас, в соответствии с нашим временем, нашим телом, нашими знаниями и навыками. Если мы во взрослом возрасте находимся в состоянии младенца, то мы становимся жертвой, если мы в состоянии ребенка, то нам все трудно, если мы в состоянии хорошести, то мы теряем ценность себя... А в состоянии «здесь и сейчас», мы находимся в счастье. Каждый может выбирать, где он хочет находиться.

СИСТЕМА ЗАЦИКЛЕНА, НА КАЖДОМ ЭТАПЕ БУДУТ ТОЛЬКО ОПРЕДЕЛЕННЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ. В КАЖДОЙ ТОЧКЕ БУДЕТ ТОЛЬКО ТО, ЧТО ЕСТЬ В ЭТОЙ ПОЗИЦИИ, НИЧЕГО ДРУГОГО ТАМ НЕ БУДЕТ. НО В ТОЧКЕ В ЕСТЬ СЧАСТЬЕ, И ОНО ТАМ ТОЖЕ ЗАЦИКЛЕНО. ТАК РАБОТАЮТ СИСТЕМЫ. В ТОЧКЕ В МЫ МОЖЕМ ОКАЗАТЬСЯ ЗА ОДНУ СЕКУНДУ ИЛИ ИДТИ ДОВОЛЬНО ДОЛГО.

Даша: «Когда родился второй ребенок, мне приходилось работать и перекладывать заботы о малышке на старшую дочь. Та выполняла мою роль матери, обижалась и не понимала, почему вдруг я поставила работу выше отношений с детьми. Почему ей приходится делать то, что не предусмотрено ролью ребенка. Ведь она такая же дочка, как и младшая. Когда я поняла, что отношения сильно испортились, мне потребовалось немного времени, чтобы все вернуть на свои места. Изменения

стали сразу заметны, все наладилось быстро. Обиды забылись, и мы с дочерью вновь обрели ту иерархию, которая заложена системой».

А как долго нам придется выходить на свое место?

Существует уровень переплетений. Мы связаны с окружающими людьми по-разному. С кем-то на 30%, с кем-то на 50%, с кем-то на все 100%. В каких-то местах мы сразу поняли свои нарушения, получили инсайт и вышли на свое место. Если обозначить некоторые системы, то мы видим, что в системе «я с мамой» вы можете все понять сразу и мгновенно встать на свое место, получив нужный инсайт. И вы сразу начнете приобретать свои бонусы от системы, потому, что у вас мгновенно пойдет поток. Но в системе «я и папа», например, у вас более сложная ситуация, и вам требуются еще какие-то упражнения, осознания и еще что-то. Это не значит, что вы до сих пор не вышли на свое место с мамой. Это происходит слой за слоем. В тех системах, где вы быстрее выходите на свое место, вы сразу же получаете бонусы, в других системах вы можете застревать. В какой-то системе у вас может произойти ступор, и, если при этом вы начинаете утверждать, что ничего не работает, вы теряете бонусы в тех системах, где вы уже на своем месте. Происходит откат назад и потеря бонусов в других системах тоже.

Дорогие кураторы, спасибо Вам огромное за ведение курса! Очень высокий уровень поддержки и координации - все удобно, все вовремя, нужная информация всегда под рукой! И ваши персональные напоминания о необходимости выполнить ДЗ реально подстегивают и помогают пройти курс на все 100%! Большое вам спасибо!

Евгения, вы перевернули мой мир, мое мировоззрение. Я продвинутый «юзер» , но для меня эта информация стала настолько ценной и настолько новой!
Я хочу сказать спасибо за то, что в моей голове теперь все по полочкам и то , что я раньше чувствовала , но не знала что это, теперь я понимаю досконально. Я вернусь к вам на следующий курс и хочу поблагодарить за то, что вы так сильно поменяли мою жизнь!

Ьлагодарю за курс! очень ценные знания и изменения!!! Всю жизнь я делала остановки, чтобы восстановиться в точке В и перейти дальше на другой уровень. Но, постоянно скатывалась...сейчас понимаю основную причину...Раньше интуитивно понимала, но не могла найти выхода или решения....Довольна этим курсом тем, что наладились отношения с мамой и даже , если будут какие -то откаты, ты знаешь причину....пока координальных нет перемен, так как до своего места надо дойти))))а это осознования каждый день и минуту!!! Благодарна себе, что позволила себе этот курс и хочу продолжить обучение при первой возможности!! Это

lipatnikovalora О! У меня были все симптомы. Всегда болела голова, всегда мерзла, даже летом в шерстяных носках дома ходила. Денег не было, от слова Совсем. Куда они уходили? На конфетки, печеньки, пироженки. А, ещё пиво! Зимой-водка. Без этого семейный ужин считался неудачным. То, что мне жить было тошно-и говорить нечего. Открывала каждое утро глаза с мыслью "А на хрена?" Если бы не дочь, повесилась. Но однажды, увидев её разочарованный взгляд, адресованный мне, подумала, а зачем я страдаю? Получила з/п, сняла комнату, собрали с дочей вещи и ушли. Муж был в шоке, дочь радовалась свободе, а я впервые уснула без носков. Случилось это больше двух лет назад. Я не знала Вас и Ваших систем. Но когда муж спросил, почему я ушла, я ответила ему и всем, кто окружал меня тогда : " Я устала быть тебе мамой. Я тебя занянчила". Он до сих пор считает, что я его бросила, как собаку. Хотя мы с дочкой ушли в никуда, ни с чем, а он остался жить в большом красивом доме. Два года он не соглашался на развод, а я не подавала, хотела по-хорошему. Но вот недавно подала, жду развода. У него появилась новая семья (уже не знаю, какая по счету😜). Очень хочу, чтобы у него все было хорошо. Ведь тогда и у нашей дочери все будет отлично. Спасибо Вам, Евгения, за знания. Как

Допустим, мы уже на своем месте. Вспомним, что нам мешает идти дальше в отношения мечты, к деньгам своей мечты, к бизнесу/работе своей мечты?

- Нет знаний;
- Нет навыка;
- Нет инструкции;
- Цели не прописаны.

Когда вы пришли в точку В и стремитесь в точку С, вы должны понимать, что могут быть откаты — атаки систем. Но если вы понимаете, что при каждом откате у вас есть четкий ответ на каждый вопрос-блокиратор, то ничего не случится. Вы развернетесь и пойдете снова вперед.

Даша: «Еще во времена терапии по поводу пристрастия к сладкому я помню, что психолог заставлял меня вспоминать, с чего все началось, стараясь докопаться до сути проблемы. Но я всегда застревала в одном и том же месте. Я не знала, где точка отсчета. Получалось, что мы ходим по кругу, плутаем в потемках и ищем решения. А их нет! Сейчас смотрю на подруг, которые ходят к психологам, коучам и гадалкам, пытаясь разрешить жизненные ситуации. А ведь все так просто. Надо всего лишь почувствовать себя, услышать внутренние подсказки и выйти из сумрака».

Что же такое — Жить на Своем Месте?

Жить на своем месте — это находиться в ресурсе и быть на службе этой жизни. Мы пришли в этот мир для счастья, и мы можем пользоваться этой жизнью. Однако мы должны дать ей что-то взамен.

ГЛАВНОЕ, ЧТО МЫ ДОЛЖНЫ ДАТЬ ВЗАМЕН ЭТОЙ ЖИЗНИ — ЭТО ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ И БЛАГОДАРНОСТЬ ЗА ЭТУ САМУЮ ЖИЗНЬ. КАК ЭТО СДЕЛАТЬ? ЖИЗНЬ ДЛЯ НАСЛАЖДЕНИЯ И НАДО РАДОВАТЬСЯ И БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМИ КАЖДЫЙ МОМЕНТ, А НЕ СТРАДАТЬ.

У нас есть источник жизни, и жизнь течет и приходит к нам через наших родителей. Мы эту жизнь передаем дальше. Это базовые роли, которые дают мозгу доказательства правильности системного подхода.

Существует логическая, очень четкая последовательность. Мы приходим в этот мир в роли ребенка, вырастаем в дочь или сына. Из сына и дочери мы вырастаем в мужчину и в женщину. Никогда нельзя стать из сына мужем, а из дочери женой. Сначала мужчиной и женщиной. Иначе у нас будет путаница. Именно здесь мы начинаем играть чужие роли, потому что мы не стали из дочери женщиной, а из сына мужчиной. Это базовое нарушение, которое делают многие, забыв вырасти и оставшись дочкой для мужа или сыном для жены.

Даша: «В первый брак я попала прямиком из маминых рук. Мне было там так хорошо. Я думала, что муж так же должен заботиться обо мне, как и родители. Да, я буду работать и приносить деньги, но отвечать за все, принимать решения будет мой муж. Разве не для этого я вышла замуж? Так я думала. Из положения дочери я сразу умудрилась прыгнуть в положение жены, где мне казалось, что я как за каменной стеной. По большому счету так и было, но муж таким образом и воспринимал меня — как ребенка. У нас не клеилось, я не могла забеременеть, мы не походили на обычную семью. Скорее, представляли собой двух потерянных сосунков, которые сами не поняли, что сотворили».

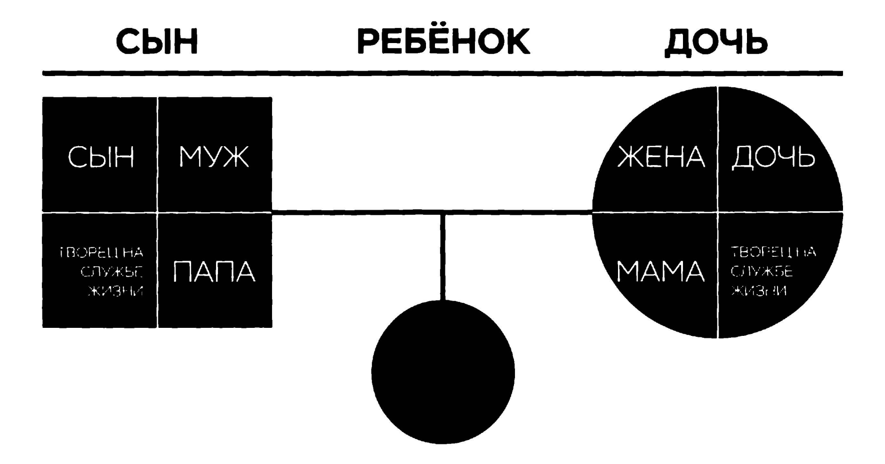
Если из позиции дочери или сына вы хотите понять, как быть с партнерами, у вас ничего не получится. Когда вы еще дочь, вы не сможете быть в отношениях с мужчиной. Если у вас нет этого перехода, у вас все останется, как было раньше. А все потому, что если вы дочь, то вы в детской позиции с вопросами-блокираторами. В качестве ребенка вы переходите на место мамы для мамы, или на место мамы для папы. И вы теряетесь на просторах системы продолжения жизни.

Вы уже четко должны для себя осознать и разграничить детскую позицию и взрослую позицию. Дальше — легче. Только когда вы станете женщиной, вы сможете стать женой и мамой. Дочь, не став женщиной, будет рассказывать, что ее муж должен себя вести, как ее папа. Женщина, не став женой, родит и всю жизнь будет ставить ребенка на место партнера. Это иерархия ролей. Если ее нарушить — ДОЗ вам не видать.

Анна, знакомая Даши: «Я и сама не заметила, в какой момент начала поучать мужа, контролировать его действия. Видимо, это произошло после рождения ребенка. Я боялась, что муж может уронить малыша, даст ему слишком горячее или слишком холодное молоко. Предпочитала лучше все сделать сама и для сына, и для мужа, вплоть до того, что выдавала мужу чистую рубашку и белье, и даже размешивала сахар в чашке с чаем. Он не возражал, кажется, ему нравилась моя опека. А мне нравилось, что он во всех делах просит моего совета и поступает так, как я скажу. Вдруг заметила, что муж не называет меня иначе как "наша мама". От этого мне как-то не по себе. И наши интимные отношения сходят на нет. Как вернуть себе сильного мужчину, который будет опорой для семьи, а не вторым ребенком?»

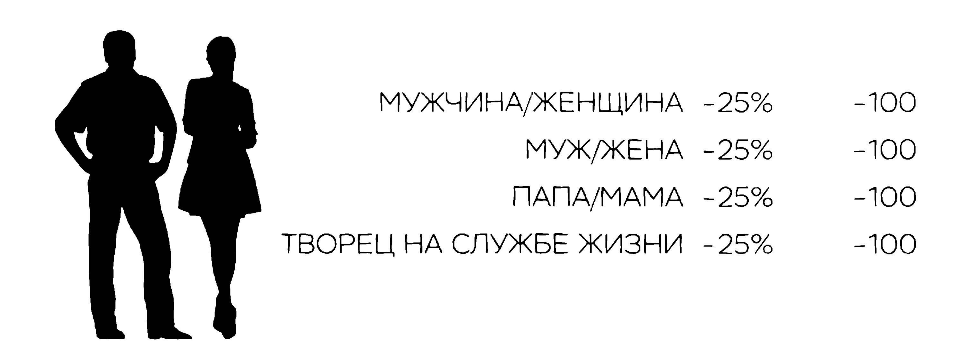
Параллельно у вас есть еще другие роли. Например, роль Творца на службе жизни. Она проявляется не через детей, а через вашу реализацию, профессию, бизнес, работу. Но что будет, если все люди будут функционировать в одной роли? К примеру, все захотят быть творцами. Кто тогда продолжит жизнь на земле? Как строить отношения МЖ? Ничего этого не будет, и жизнь просто прекратится. Важно найти себя и свое место во всех четырех ролях.

Почему именно в 18 лет мы выходим из родительской системы?



Это объясняется правилами нашей системы. Есть мы со своими целями, а на нас влияют более крупные системы: мама, папа, род, народ, государство. И у каждой системы есть цели на нас. Мы обязаны пойти работать, начать приносить пользу государству. Есть еще более крупная система — Жизнь, и мы обязаны продолжить ее через ребенка или через что-то на службе жизни.

На сколько процентов мы должны быть в каждой роли?



Если у нас четыре базовые роли: мужчина/женщина, муж/жена, папа/мама, творец на службе жизни, мы думаем, что должны быть в каждой роли на 25%. Но на самом деле в роли мужчина/женщина мы должны быть на 100%, в роли муж/жена — на 100%, в роли папы/мамы — на 100% и в роли творца на службе жизни — тоже на 100%.

То есть я должна быть всегда на 100% женщиной (а не немножко мужчиной), должна быть женой на 100% (а не немножко мужем) и т. д., забирая у жизни, вместо того чтобы давать. Вот что значит быть в каждой роли на 100%.

Представим, что вы не поровну распределили свои роли. Что будет?

Даша: «Женщине непросто в сегодняшнем мире. Гораздо сложнее, чем мужчине. Мы сразу должны играть много ролей. Общество ждет, а соцсети требуют, чтобы мы были идеально уравновешены во всех своих ипостасях. Мать — только любящая и идеальная. Жена — ласковая и не устающая, поддерживающая. Работник — профи 80 уровня без отпусков, промашек и болезней. Разорваться везде нельзя. А еще я просто женщина. Об этом приходится порой забыть. Навести красоту, почитать или просто отдохнуть элементарно не хватает времени. Какие-то из ролей явно будут западать и выполняться "по ходу", часто самотеком. Что выберет обычная женщина в качестве главных своих задач? Конечно, мать и жена. Остальное — гори синим пламенем. Я делаю так же, выбора нет. Последствия будут вряд ли приятные для меня. Но что поделать…»

Колесо не поедет. Весь ваш ресурс будет уходить на то, чтобы выровнять баланс. Для этого мы прокачиваем роли — чтобы не сливать ресурс. Иначе фундамент будет разрушаться. Вы на своем месте должны выполнять законы систем, а это 4 базовые роли. Если вы их не выполняете, то вы улетаете обратно в точку А.

ВЫВОД: В ТОЧКЕ В У НАС ЕСТЬ ДОЗЫ, ТАМ МЫ ДОЛЖНЫ БЫТЬ В ЧЕТЫРЕХ РОЛЯХ.

Зачем нам нужны эти четыре роли: женщина, жена, мама, творец? Эти роли не имеют никакого отношения к системам: «деньги», «отношения», «бизнес».

В систему «муж и жена» вы идете уже из роли женщины, в систему «бизнес, работа» вы идете из роли профессионала. Вы не можете войти в эти системы, не зная, кто вы там. Но у вас эта роль есть, она встроена в вас, независимо от того, есть у вас партнер или нет, есть у вас дети или нет. Женщина рождается со встроенной ролью женщины.

Это неправда, что, если у вас нет ребенка, то у вас нет роли мамы. Конечно же, эта роль есть в каждой женщине, но так как вы находитесь в точке «ноль», и из этой точки вы заходите в новую систему, то по закону иерархии новое место в системе — последнее. И если вы эту роль не прописали и не понимаете, как себя вести, вы будете уходить в старые истории. И, заходя в новую систему, вы начинаете жить как раньше.

Когда рождается ребенок, женщина автоматически начинает себя вести, как мама. Но если мы эту роль не прописали, то у нас включается мамина роль мамы. Если женщина стала женой, то у нее инстинктивно включается роль жены. Если наши роли не прописаны, то мы автоматически начинаем их играть как мама, бабушка, знакомые — кто угодно, но только не мы.

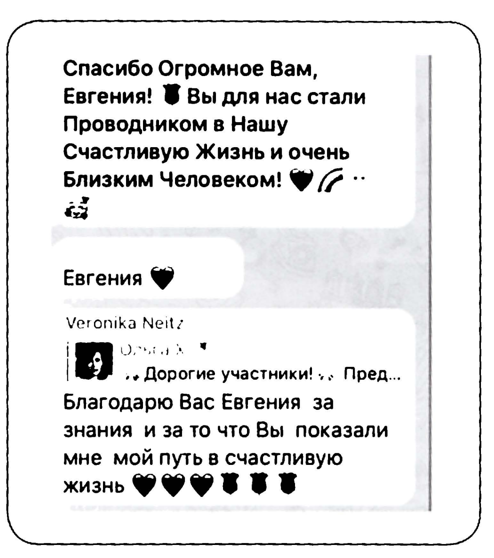
Егор: «Моя мама повторила судьбу бабушки. Это звучит странно, но это правда. Не знаю, как это получилось. Бабушка всю жизнь терпела мужа-гуляку. Но в советские времена это не было поводом для развода. И потом хозяйство было большое, одной ей не справиться. Вот и терпела, и рожала еще детей. Перед людьми держала лицо, а сама, наверное, плакала в подушку. Мама и другие дети видели, что так устроена семья, и тащили это в свою взрослую жизнь. Наверное,

поэтому мама и воспринимала измены отца как должное. Не понимала, в чем тут проблема вообще. Как бы мне не стать копией своего отца. Надеюсь, этого не случится».

Такого не случится, если все осознать, проработать, развернуть мышление. Теперь можно спокойно идти из точки В в точку С с ресурсами и положительными эмоциями.

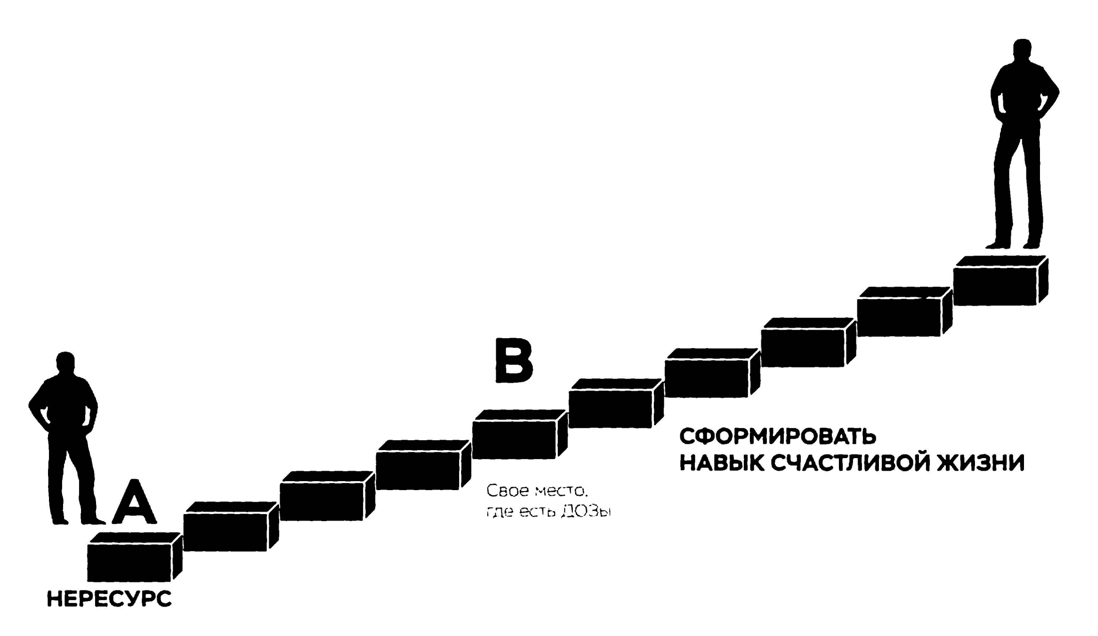
Всю неделю пересматривала уроки, но самый первый остался на утро 25. У меня там было начало не законспектировано. Сегодня утром встала в 5, как обычно, приготовилось, села в кабинетно, открыла блокнот, открываю, а урок закрыт
Это прям мой жизненны сценарий - отложить на последний момент.

Женя сказала одну интересную фразу «Этим миром правит время». Это важный мой запрос сейчас - как сбалансировать все роли (чтобы было по 25%) и иметь время на все.



Конечно же есть изменения в моем отношении к мужу - появилось желание (стала хотеть мужа), появилось уважение и теплота, легкость, нежность, любовь между нами. Я заметила, что меньше стала прыгать в роль его мамы или ребенка! Такое состояние окрыляющее! Много энергии внутри! От него - уважение моего личного пространства и времени.
Приятное событие - секс в душе, муж сказал, что это был самый приятный душ за последние несколько лет :-)

А если мы пока не в ресурсе? Если до точки В нам еще очень далеко? Скорее всего, мы пребываем в детской позиции. Что это такое, и как она влияет на нашу жизнь?



Сначала нам нужно выйти в ресурс, потом занять свое место в жизни, где мы уже понимаем, что такое мама и папа внутри нас, и уже потом мы формируем навык счастливой жизни.

Дело в том, что знания о системности мира диаметральны психологическому подходу. Но на дворе XXI век, мы не стоим на месте и развиваемся. Поэтому я говорю, что то, чем я занимаюсь — это технология XXII века. Я веду вас на другой уровень сознания: из понимания этого мира, из нашего внутреннего состояния, из того знания, что мы пришли в этот мир быть счастливыми, и у нас есть все, кроме того, что нам мешает. **НО В МОЕЙ АВТОРСКОЙ ТЕХНОЛОГИИ Я ДОКАЗАЛА, ЧТО НАМ НИЧЕГО НЕ МЕШАЕТ И НАМ НЕ НАДО НИЧЕГО БОЛЬШЕ РЕШАТЬ, А НАДО ПРОСТО НАЧАТЬ ЖИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ.**

Почему мы не можем прийти в то место, где работает формула удачи?

Потому что мы говорим, что ничего не знаем и не умеем, и пребываем в детской позиции. Вспомните, что взрослая позиция: пойти и узнать, научиться. Мы когда-то так же не умели ходить, но пошли, научились. Теперь спокойно ходим. Не нужно этому снова обучаться. Лично я каждый день учусь, я постоянно развиваюсь и эволюционирую. Я настолько прокачала свой навык жить счастливо, что я каждый раз хочу еще больше узнавать, как я могу сделать еще круче.

Детская позиция

Мы тратим массу энергии, чтобы быть в ресурсе и находиться на своем месте. Где мы теряем энергию? В конфликтах, на нелюбимой работе, в болезнях, из-за вредных привычек, в страхах, неуверенности в себе, в финансовых проблемах, в отношениях с партнером, родителями, детьми, другими людьми, в обидах, в быту, ощущая тревожность, в отсутствии удовлетворенности, в лени, нереализованности, в мыслях «почему так», в пустых разговорах, критике и самокритике, лжи и предательстве... Вот как много!

Отсюда формируются запросы, с которыми ко мне приходят люди. Некоторые работают с ними годами и десятилетиями. А когда уже начнется та самая, счастливая жизнь? Сколько жизней надо заказать во Вселенной, чтобы успеть все проработать? Этого времени у нас нет. Оно нам и не нужно.

Даша: «Когда уже настанет время, в котором мы будем жить счастливо? Когда каждый занимается своим делом и не лезет с советами в чужие ситуации. Когда нет конфликтов, все идет своим чередом. Да, наконец, мне и самой не помешает избавиться от чувства вины, обрести самоконтроль и перестать обвинять окружающих и считать их "токсиками". Сколько лет я буду искать себя, чтобы обрести гармонию, жизненные силы и мотивацию?»

Мой путь был точно таким же. Я проходила много разных обучений, а потом происходил откат назад. Я думала, что в этом и состоит жизнь: все время узнавать что-то новое, постоянно обучаться и идти дальше. Но однажды я поняла, что мне мешало: я не понимала, с чем я работаю.

Когда у меня не было работы — я шла и решала вопросы с работой, не было денег — шла и решала вопросы с деньгами, не было отношений — решала вопрос с отношениями. Я не понимала, где корень проблемы, и тратила очень много энергии на решение этих вопросов. Потом я поняла, что жизнь у нас одна и мне некогда возиться с прошлым. Я хочу жить, радоваться и быть все время в ресурсе.

МОЯ ТЕХНОЛОГИЯ – ЭТО АБСОЛЮТНО НОВЫЙ ВЗГЛЯД С ПОЛНОЙ ДОКАЗАТЕЛЬНОЙ БАЗОЙ НА ТО, КАК УСТРОЕН ЭТОТ СИСТЕМНЫЙ МИР. ВСЕ МЫ РАНЬШЕ ЖИЛИ В ДРУГОЙ ПАРАДИГМЕ И РЕШАЛИ НЕРЕШАЕМЫЕ ВОПРОСЫ, ТРАТЯ НА НИХ ОЧЕНЬ МНОГО ЭНЕРГИИ И ТАК И НЕ ПРИДЯ К ЦЕЛИ.

Я и Партнёр
С партнёром я была в детской позиции или на месте мамы, это просто инсайт, что в отношениях я была дочкой, плюс инсайт, что партнёр мне ничего не должен. Сейчас я отслеживаю, когда появляются обиды, злость к нему, значит точно ушла со своего места и возвращаю снова

Хотела еще инсайтом поделиться про хорошесть и счастливость. Быть хорошим очень тяжело, это непрерывная работа, потому что даже если ты побыл хорошим сейчас, то завтра опять надо и все время, это труд. А чтобы быть счастливым не нужно напрягаться, а нужно наоборот расслабиться. Счастье это мгновенная награда. Все задумано так легко, а мы придумываем, что счастье это сложно.

Самый наверное большой инсайт, что я не хочу быть больше хорошей девочкой, я хочу быть счастливой женщиной и ради своего счастья я готова трудиться.

Что же делать, чтобы прийти к решению? Существуют две позиции, как и два варианта вашего пути: детская и взрослая. В детской позиции вас держат фразы-блокираторы:

- Я не понимаю;
- У меня не получится;
- Это не работает.

В детской позиции нет денег и отношений, потому что детям деньги не нужны, отношения не нужны, секс не нужен.

Во взрослой позиции срабатывает другой принцип:

Ура!!! Я понимаю, как это сделать!

Егор: «Не знаю, стоит ли начинать новый бизнес. Вопросов больше, чем ответов. Сейчас не самое удачное время, да и конкуренция в нише большая. А если не получится? Если сразу все схлопнется, как бывало раньше? Тогда я попробовал и не смог начать все с нуля. Это отец виноват, что я такой нерешительный. И мама тоже никогда не поддерживает мои начинания. Скорее, это я все время принимал решения, когда отец ушел из семьи. А как отреагирует Даша? Вдруг это повлияет на наши отношения негативно или разрушит их? У меня будет много работы, ей придется все по дому делать самой... Нет, надо все хорошенько обдумать».

Егор обвиняет всех и вся в своем бездействии — остается в детской позиции, боится принять решение и перекладывает ответственность на других. Детская позиция держит нас вдали от нашего места, забирает

энергию, и мы постоянно решаем нерешаемые вопросы. А взрослая позиция про то, как пойти и сделать.

Что для этого нужно:

1. Увидеть детскую позицию и начать ее отслеживать регулярно. Как только вы «включаете» ребенка — у вас только «пакет опций» ребенка. Значит, нет денег, отношений, здоровья. Все это есть во взрослой позиции. Ваша задача — разделить роли.

2. Занять свое место с мамой и обрести гармонию. Мы никогда не сможем выйти из внутреннего конфликта, пока не найдем маму и папу внутри себя. И это не про решение вопросов с ними, это про гармонию внутри себя. Мы обретаем ее, *только соединив* внутри себя *маму и папу, а не* решая с ними вопросы, потому что все эти вопросы из прошлого, где нас уже нет.

3. Занять свое место с папой и освободиться от зависимостей.

4. Обрести уверенность и любовь к себе, проработав детские эмоции. Во взрослой позиции этого просто нет.

5. Освободиться от ограничивающих убеждений, проработав установки семьи.

6. Получить ДОЗы своего места, выйдя стабильно во взрослую позицию.

ВЗРОСЛАЯ ПОЗИЦИЯ — ЭТО ТА ТОЧКА, ИЗ КОТОРОЙ МЫ ПОЙДЕМ В ЖИЗНЬ СВОЕЙ МЕЧТЫ. ЭТО МЕСТО, ГДЕ У НАС ЕСТЬ ВСЕ РЕСУРСЫ, ЧТОБЫ СДЕЛАТЬ ЭТО. НО ЕСЛИ БЫ ВСЕ БЫЛО ТАК ПРОСТО, ТО КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ДАВНО БЫ НАШЕЛ СВОЕ МЕСТО И ЖИЛ СЧАСТЛИВОЙ, ПОЛНОЙ ЖИЗНЬЮ.

Даша: «Почему я должна все время все делать сама? Я устаю. Брак — это система для двоих. Пусть бы он тоже вносил свою лепту. Я не могу все тянуть одна. Недавно жаловалась его матери, так она только руками разводит — разбирайтесь сами. Она всегда все тащила на себе. Да еще терпела гулящего мужа. Я так не могу. Меня надо любить, холить, лелеять, на руках носить, делать подарки. Другие вон как своих жен балуют. Я тоже работала до рождения детей и когда была возможность. Теперь пусть он содержит семью, раз так сложились обстоятельства. Я пробовала завести бизнес — ничего не вышло».

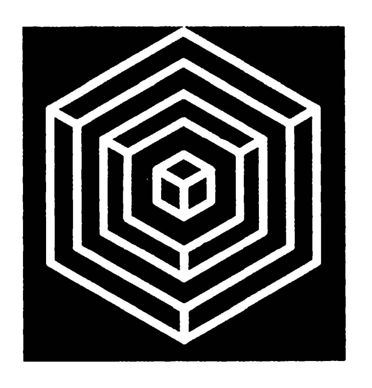
Чтобы занять свое место в жизни, нужно сформировать новый навык — навык счастливой жизни. На этом пути, конечно же, есть такие повороты, на которых мы почему-то сходим с пути и откатываемся назад. Существуют очень четкие и понятные объяснения, почему и как это происходит. Когда мы это осознаем, тогда мы очень четко понимаем, что это так, и в каждой ситуации можем пойти по одному пути или выбрать другой.

Перед вами часто будут «развилки», но вместе мы найдем тот путь, который приведет вас в точку, где вас ждут все необходимые вам ресурсы. Это место точно есть, и это факт. Кроме того, вы все точно были на этом месте, и вы точно знаете, как быть там. Все мы находимся в поиске этого места, когда мы в потоке.

Егор: «Помню, как после рождения первой доченьки мы были так счастливы. Любили друг друга, были полны энергии, сил и планов. У нас все получалось, любые задумки воплощались. Мы радовались каждому мгновению рядом друг с другом. И в работе тоже все шло в гору: доход вырос, от клиентов отбоя не было, с партнерами — полное взаимопонимание. Даже мама в тот период перестала клясть судьбу за непутевого отца. Куда все подевалось?»

Жизнь течет в одну сторону, и ее можно представить в образе горной реки. Если мы плывем по течению, то получаем все, что есть в этой жизни. Если мы плывем против течения, то нас начинает выбивать, какие-то камни начинают на нас падать, в какие-то повороты нас уносит. Когда мы в потоке — мы на своем месте. Это и есть базовое состояние своего места. Это все навыки, которые важно сформировать, чтобы прийти туда, где есть деньги, отношения, здоровье по праву рождения.

Глава 5
МАМА И ПАПА – ЭТО Я



Глава 5
МАМА И ПАПА – ЭТО Я

Если мы находим внутри себя родителей, мы расширяемся. Какие бы ни были родители и какие бы ни были ситуации, мы можем жить либо в потоке любви к родителям, либо перекрывая этот поток.

ЖИЗНЬ – ЭТО ЭНЕРГИЯ, СЧАСТЬЕ, ЛЮБОВЬ, ВОЗМОЖНОСТИ, ДЕНЬГИ. И ВСЕ ЭТО ПРИХОДИТ К НАМ ТОЛЬКО ЧЕРЕЗ РОДИТЕЛЕЙ. ПО-ДРУГОМУ ЖИЗНЬ К НАМ ПРИЙТИ НЕ МОЖЕТ. ЕСЛИ МЫ ПЕРЕКРЫВАЕМ ЭТОТ ПОТОК, ОТРИЦАЯ РОДИТЕЛЕЙ, ТО ЖИЗНЬ И ВСЕ ЕЕ БОНУСЫ НЕ СМОГУТ К НАМ ПОПАСТЬ.

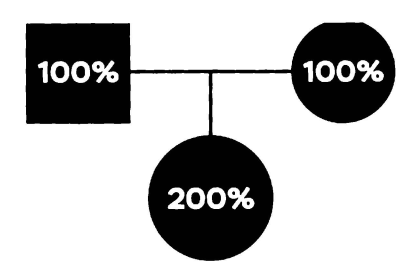
В момент передачи жизни родители сделали все на 100% правильно. Доказательство тому – что вы ЖИВЫ.

Осталось реализовать вашу задачу. Она очень простая.

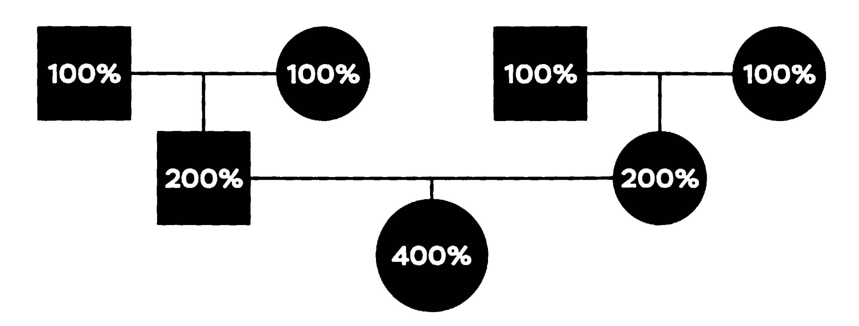
Чего хотят все родители для своих детей? Чего вы как родители хотите для своих детей? Мы хотим счастья, и точно так же наши родители

хотят счастья для нас. Если мы изобильны, то мы проживаем нашу жизнь в кайфе. **Быть счастливыми — это единственное, что мы должны себе, своим родителям и своим детям. А когда вы счастливы, тогда ваши родители и дети тоже счастливы.**

А знаете, в чем на самом деле состоит формула удачи? Находиться с родителями на своем месте. Потому что мы все состоим из мамы и из папы.

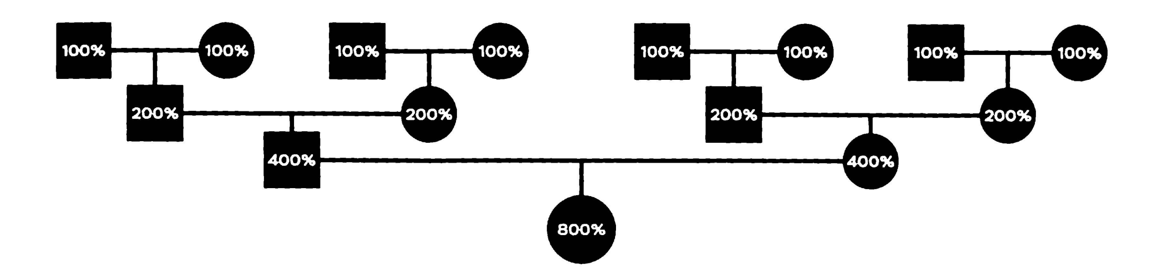


Тогда, если мы состоим на 100% из мамы и на 100% из папы, то нас получается 200%. Мы не можем взять от мамы половинку и от папы половинку. И если даже у вас нет мамы или папы, вы все равно состоите из своих родителей.



ВЫ ВСЕ ЕЩЕ СОМНЕВАЕТЕСЬ, ГДЕ ЖИВЕТ ВАШЕ ИЗОБИЛИЕ?

Если пойти дальше, мы увидим, что наши родители состоят из своих мамы и папы, тогда в вас будет уже 400%.



ВЫ ВСЕ ЕЩЕ ДУМАЕТЕ, ЧТО У ВАС НЕ ПОЛУЧИТСЯ?

МЫ ВИДИМ, ЧТО В НАС УЖЕ 800% – РОДИТЕЛИ, ПРАРОДИТЕЛИ. А ЕСЛИ НАЧАТЬ СЧИТАТЬ ИЗ САМОГО ИСТОЧНИКА ЖИЗНИ? ДО СИХ ПОР СЧИТАЕТЕ, ЧТО У ВАС НЕТ РЕСУРСА, ИЛИ ВСЕ ПЛОХО, И ВЫ НЕ ДОСТОЙНЫ СЧАСТЬЯ? ОТСЮДА Я ДЕЛАЮ АБСОЛЮТНО ЛОГИЧЕСКИЙ ВЫВОД, ЧТО МЫ – ЛУЧШАЯ ВЕРСИЯ РОДИТЕЛЕЙ. НАШИ ДЕТИ – ЭТО ЛУЧШАЯ ВЕРСИЯ НАС.

Почему у нас может что-то не получаться сегодня? Дело в том, что у нас есть опыт наших предков, он нам известен на 100%. А опыт, который передается дальше, нам не известен. Вы 100%-но уже добились самых выдающихся успехов по меркам времени ваших родителей. Когда-то ваши родители хотели креветок, итальянские сапоги и ездить на море. Есть ли все это у вас сейчас? А имеют ли ваши родители больше, чем имели их родители? А наши дети могут получить еще больше. Именно так это и работает.

Мы всю жизнь использовали опыт наших родителей. В какой-то момент мы дошли до определенного уровня, а дальше появляемся мы

настоящие. Мы ощущаем, что у нас все есть, у нас все хорошо, но мы на самом деле хотим большего. Тогда мы начинаем искать, появляется желание делать что-то большее, потому что эта наша настоящая часть не может по-другому. Если вы не будете развиваться, жизнь не будет продолжаться, она остановится. Будет возникать ощущение, что у вас есть все, но этого недостаточно. Вы будете искать эволюцию и развитие.

ЭТО ПРОСТАЯ МАТЕМАТИКА

ОТКАЗЫВАЯ В ЛЮБВИ РОДИТЕЛЯМ, ВСТАВАЯ ВЫШЕ ИХ, МЫ ОТКАЗЫВАЕМ СЕБЕ В ИЗОБИЛИИ, МЫ УМЕНЬШАЕМ СЕБЯ!

Давайте попробуем найти свое место с мамой и папой. Именно они стоят у истоков нашей жизни, и как никто другой влияют на ее качество.

Мама

Вся наша жизнь приходит к нам через маму. Если мы не принимаем маму, мы не принимаем жизнь со всем ее многообразием. Мы не принимаем себя, не принимаем свое тело, имя, партнеров, бизнес, деньги. Все, что связано с отношениями с мамой, распространяется на все сферы жизни и на все системы. Поэтому система с мамой — самая важная система.

Даша: «Мама никогда не поддерживала меня во взрослой жизни. Она считает, что я отрезанный ломоть и должна решать свои проблемы сама. Даже когда я жалуюсь на Егора, она не приголубит, не утешит, не встает на мою сторону в ссорах с мужем или когда возникает непонимание с детьми. К кому мне идти поплакаться в жилетку, если не к маме? А она не хочет понять меня как женщину! Просишь помочь — она почти всегда найдет отмазку, только чтобы не помогать. А мне иногда так хочется побыть с ней вдвоем! Почему она не может отложить свои дела ради меня, своей дочери?»

Можно продолжать оставаться в текущем положении. Я всегда говорю, что это ваш личный выбор и ваше право.

ВЫ ЛИБО НАЧИНАЕТЕ РАБОТАТЬ И СТАРАЕТЕСЬ ЗАНЯТЬ СВОЕ МЕСТО С МАМОЙ, ЛИБО ОСТАЕТЕСЬ В СВОИХ НЕСЧАСТЛИВЫХ ОТНОШЕНИЯХ, БЕЗ ДЕНЕГ, БИЗНЕСА, ЗДОРОВЬЯ. ПОТОМУ ЧТО КОРЕНЬ ВСЕХ ЭТИХ ПРОБЛЕМ — СВОЕ МЕСТО С МАМОЙ. БЕЗ ЭТОГО МЫ НИКУДА С МЕСТА НЕ СДВИНЕМСЯ.

Дашина подруга Лена: «Моя мама — настоящий оккупант. Всегда приходит и начинает наводить свои порядки в доме: прибирается, переставляет предметы, расставляет посуду так, как привыкла у себя дома, сортирует детские игрушки, в огороде вообще творит страшное — иногда прополет то, что я для себя посадила. Как отучить ее лезть не в свое дело? Как объяснить, что тотальный контроль обижает меня? Почему она держит меня за маленькую? Я взрослая и могу принимать решения сама. Ловлю себя на мысли, что не хочу ее приездов к нам в гости.»

Пока вы не начнете видеть свою маму великой, пока не поймете, что все, что вы имеете в своей жизни — есть благодаря маме, потому что именно мама вам передала жизнь, вы не сможете идти дальше к точке В. Вы сразу же будете откатываться назад.

Перед началом проработки своей позиции всегда возникает вопрос именно в системе с мамой. Здесь может быть множество ситуаций: вы в ссоре, обижаетесь, предъявляете требования, хотите свободы. Если сейчас вы сможете понять, что вот та мама, которая вас бьет, которая пьет, которая ругала, унижала и не принимала, гнобила и все остальное, стала фундаментом того, каким человеком вы являетесь сегодня, тогда рубеж будет пройден. А если вы этого не поймете и выберете позицию, что вы Лунтики и всего добились сами, то вы останетесь в исходной точке.

Егор: «Моя мама долго терпела выходки гулящего отца. Подозреваю, что она очень хотела сохранить семью. Дети — мы с сестрой — должны были расти в полной семье. Она наступала на горло своим желаниям, унижала свое достоинство, создавая видимость семьи для окружающих. А мы с сестрой все понимали, но не могли ничего сказать вслух. Это не наше дело. Сейчас такое мамино поведение кажется мне жалким. Ради детей она забыла о себе и стала посмешищем в глазах мужа, вместо того чтобы привлечь его обратно в семью».

Важно понять, насколько вы готовы принять маму. А если вы продолжите оставаться в вопросах-блокираторах, травмах и постоянно будете думать о том, что мама не такая, то вы так и останетесь в точке А. В этой точке я не смогу вам ничем помочь. Я могу только показать, где у нас находится точка В.

МАМА ОТВЕЧАЕТ ЗА ВСЕ ОТНОШЕНИЯ: ОТНОШЕНИЯ С МИРОМ, ОТНОШЕНИЯ К САМОЙ СЕБЕ. СВОЕ МЕСТО С МАМОЙ — ЭТО ТО МЕСТО, КОГДА ВЫ С НЕЙ УВИДЕЛИСЬ И СОЕДИНИЛИСЬ.

Если мамы уже нет в живых, она всегда есть в вашем сердце.

Важный момент. После 18 лет ваша роль в системе «мама-дочь» сохраняется, но появляются другие системы: я с партнером, я с ребенком. В этих системах у вас главные роли (с партнером на равных). Вы остаетесь дочерью для мамы, но перемещаете эту систему на другое место по значимости. Вот здесь может возникнуть путаница и сбой. Будьте внимательнее.

Мама Даши: «Не могу понять, где я совершила ошибку? Почему моя дочь капризничает, как ребенок? С каждой неудачей в семье, проблемой в воспитании детей бежит ко мне. Один раз даже грозила Егору забрать детей и уйти жить ко мне. Такое впечатление, что она хочет переложить груз ответственности за решения на мои плечи. В случае чего я буду виновата, а не она. Не раз слышала, как они с Егором ругаются по поводу претензий Даши к нему. Смотрю и вижу маленькую, непослушную, плохо воспитанную девочку».

Начинается вся система с момента рождения. Любой маленький ребенок приходит в эту жизнь абсолютно нейтральным, он учится через копирование, через восприятие.

Первый, кого видит маленький ребенок, — это его мама. Ребенок находится с мамой в полном симбиозе, сначала он находится в ее утробе, он вместе с ней дышит, живет, растет, питается. Если мама расстраивает-

ся, ребенок тоже расстраивается. Ребенок полностью соединен с мамой до рождения. После появления на свет ребенок опять находится с мамой. В дальнейшем, когда у ребенка происходит какое-то расставание с мамой, у него случается прерванное движение любви к маме, травма, шок. Исправить это мы не можем, у нас нет машины времени. Зато мы можем не проваливаться в эту травму, а уйти в решение.

Егор: «После развода родителей я как будто стал главным в семье. Это получилось автоматом. Решения мама без меня уже не принимала, сестра советовалась и спрашивала разрешения. Папа появлялся и принимал участие в нашей жизни, но не жил с нами в одном доме. А когда мне исполнилось 18 лет, мама настаивала, чтобы я нашел работу, параллельно учился и строил свою семью. Только чтобы не брал пример с отца, непутевого во всех отношениях человека. А как? Я по-другому не умею. Видел только отца перед собой. И потом, почему мне нужно отделяться? А кто позаботится о маме и сестре? Сейчас спустя годы я понимаю, что мама хотела, как лучше. Но тогда мне показалось, что меня попросту выгоняют из дома. Даже подумал, что маме так легче — я, возможно, напоминаю ей отца».

Меня часто спрашивают: «Почему я не могу выйти из детской позиции и веду себя как ребенок с коллегами, с мужем, со знакомыми?» Это происходит именно потому, что вы занимаете неверную позицию с мамой. Как только вы начнете себя вести, как ребенок с мамой, тогда вы сможете вырасти и вести себя со всеми, как взрослая. Где вы, как женщина, сами для себя на первом месте, на втором месте после вас идет партнер, затем дети, затем ваша реализация и только потом родители. Чтобы мы могли помогать маме, мы должны выйти на свое место с мамой, иначе мы будем помогать ей из хорошести, а это значит — с места бабушки. Эта помощь не сработает, потому что мы не маме помогаем, а стараемся быть хорошими. А действитель-

ное отношение к маме — это только раздражение, негатив, чувство долга.

Егор: «Когда мама приходит в гости, Даша все время жалуется мне, что не знает, как ее развлечь. Мол, они сидят напротив друг друга и не знают, о чем говорить. Мама обижается и копит все внутри, Даша высказывает мне свое недовольство. Когда требуется помощь или деньги, мама, однако, не стесняется попросить у меня. Если я отказываюсь, она вываливает на меня ушат грязи и начинает песню "мать все для тебя сделала, а ты неблагодарный". Как разрулить это все?»

Пока вы не станете счастливым (счастливой), мама будет зависима. Это замкнутый круг. Но выбирать вам: или вы остаетесь там же, или идете дальше и становитесь счастливой. В моих программах еще ни один родитель не пострадал. Это ваш выбор и ваше решение. Пока вы будете заниматься маминой жизнью, вместо того чтобы заниматься своей, у вас ничего не изменится.

Алена, сестра Егора: «Мама такая отсталая и несамостоятельная! Постоянно приходится говорить ей, как делать правильно. Мы в старости будем такими же? Нельзя ведь жить по старинке, мир меняется. А мама как будто отключилась в какой-то момент. Записаться в поликлинику не может, позвонить, чтобы узнать расписание автобуса, тоже, отвезти мебель в сад — "Алена, помоги!" Приходится все делать за нее. И как она только смогла нас воспитать? Почему мне приходится откладывать первостепенные вопросы относительно своей семьи и решать мамины в первую очередь? Она имеет надо мной власть и заставляет плясать под свою дудку».

ЧЕК-ЛИСТ НЕ СВОЕГО МЕСТА С МАМОЙ:

- [ ] злость;
- [ ] пустота;
- [ ] обиды;
- [ ] жалость;
- [ ] желание изменить.

ЧЕК-ЛИСТ СВОЕГО МЕСТА С МАМОЙ:

- [ ] любовь;
- [ ] защищенность;
- [ ] доверие;
- [ ] величие мамы.

Ну как? На своем ли вы месте с мамой?

Даша: «Однажды мы так разругались с мамой, что дым стоял коромыслом. Кидали обвинения друг другу в лицо, припомнили все старые ссоры. Мама настаивала, что она все силы в меня вложила и отдала все, что у нее было. А я эгоистично отвечала, что ничего подобного не припомню! Она не любила меня и постоянно требовала невозможного: в учебе, спорте, в отношении к ней и папе. Я так привыкла угождать родителям, что помню момент из подросткового возраста, когда захотела, чтобы мамы не стало. Столько лет прошло, а всплыло в обычной ссоре по пустякам. Потом мы долго плакали…»

В том месте, когда мы только появились у мамы, у нас была любовь, безопасность, доверие. Вскоре в жизни происходит множество ситуаций, когда случается прерванное движение любви. С ним работать бесполезно, потому что есть то место, когда любовь не была прервана, — это место встречи с мамой. Прерванное движение: ребенка отдали в садик, оставляли с няней, мама родила ребенка, и ему стало холодно… И все эти моменты остались в генетической памяти, они есть у всех.

Однако это начинается уже тогда, когда мама думает, сможет ли она справиться с ребенком, готова ли она. И так думает любая женщина. Но эти мысли не имеют никакого отношения к родившимся детям.

ЕСЛИ ВЫ ДЕЛАЕТЕ ВЫВОДЫ О МАМЕ ИЗ ТРАВМЫ, ЗНАЧИТ, ВЫ ЖИВЕТЕ В ТРАВМЕ И ИСПЫТЫВАЕТЕ ВСЕ ЭМОЦИИ ТРАВМЫ. НО НИ ОДНУ ТРАВМУ НЕЛЬЗЯ УБРАТЬ, ПОТОМУ ЧТО У НАС НЕТ МАШИНЫ ВРЕМЕНИ. ЗАТО МЫ ВСЕГДА МОЖЕМ ИЗ ЭТОЙ ТРАВМЫ ВЫЙТИ В ТОЧКУ, ГДЕ ЕЕ НЕТ.

Бессмысленно прорабатывать свои травмы в отношениях с мамой. В тот момент, когда мама вас родила, она не была мертвой, не была вы-

пившей, она не била и не гнобила вас в тот момент. Поэтому для нас нет разницы, какая мама сейчас, нам нужно найти свое место с мамой, когда мы были эмбрионом. Только когда мы найдем свое место с мамой, мы сможем смотреть на все истории не через призму травмы.

> **Егор:** «В советские времена родители вообще очень прохладно относились к ответственности за детей. Помню, как-то мама работала в ночную смену и оставляла нас с сестрой ночью одних дома. Было очень страшно. Я уже был подростком, а сестра совсем малышкой. Она часто спрашивала: "А мама нас бросила?" Мне приходилось объяснять, что маме нужно работать. Сестра не понимала, почему работа важнее нее? Почему мама выбирает что-то непонятное, вместо того чтобы поиграть с ней и уложить ее спать».

Когда ребенка в первый раз отдают в садик, он не знает, что мама за ним вернется, потому, что у него нет этого опыта. Получается травма. Но за минуту до этого страха и этой травмы у ребенка была любовь. Что думает ребенок, когда ощущает страх смерти? На самом деле, ребенок начинает думать, что он плохой, что он никому не нужен, что ему нужно справиться самому, придумывает защиту. И здесь ребенок принимает решения:

1. Я буду хорошим, только не уходи;
2. Я буду послушным, только не уходи;
3. Я все буду делать сам;
4. Я буду удобным, предавая себя;
5. Мне никто не нужен;



Мама отвечает за все отношения: отношения с миром, отношения к самой себе. Свое место с мамой — это то место, когда вы с ней увиделись и соединились.





6. Я буду безотказным;
7. Я не буду тебя огорчать;
8. Я буду делать все для всех;
9. Я буду помогать;
10. Я буду хитрым.

Вдруг мама возвращается. Это сразу же фиксируется в мозгу, и ребенок воспринимает это, как волшебство, но остается в травме. А потом мы все живем только из этих фраз и придумываем, что мы теперь должны для всех быть хорошими, для всех все делать и должны быть хитрыми… Но обида остается, потому что остаются все чувства, которые ребенок испытал в этой травме. Здесь включается ваш базовый сценарий жизни во всех системах. И вы его отыгрываете и из раза в раз получаете те же последствия, которые были тогда в детстве, и те же эмоции. Бац, он включил магическое мышление, и все произошло, как по волшебству — мама пришла.

Тогда получается, что, пока вы в обидах трехлетнего ребенка, вы находитесь в детской позиции. А детям деньги не нужны, не нужны им и отношения, и секс.

> **Егор:** «Мама постоянно упрекает меня в том, что я не бегу по первому зову ей помогать. А как мне разорваться? Даше тоже требуется помощь по дому, работа отнимает все силы, а тут еще упреки и претензии: "Я на вас всю жизнь положила, неблагодарные!" Никому нет дела до того, чтобы спросить, а все ли у меня в порядке?»

Поэтому нужно взглянуть на эти решения, поменять их. Взглянуть на состояния и поменять их. Тогда мы сможем прийти в состояние любви с мамой. Когда вы научитесь отслеживать и отлавливать в мозгу эти

фразы-решения, менять их и выбирать себя, тогда вы вернетесь на свое место с мамой, перестанете быть хорошими, а станете счастливыми. Вот это место, которое у вас должно быть с мамой.

Сейчас у нас есть точка А, но мы стремимся в точку В. Раньше мы жили в травме. Если не получилось вернуться в то место, где у вас с мамой была любовь, у вас есть два состояния: вам тепло, уютно, комфортно и хорошо, или вы страдаете.

Можно долго ходить по кругу, меняя полярность своих действий, но оставаться в той же позиции. Так вот, сейчас пришло время принять третье решение и встать на свое место с мамой.

Даша: «В какой-то момент я перестала просить помощи у мамы, не рассказываю ей о своих проблемах, не прошу совета, занимаюсь только своими делами, принимаю пусть не всегда верные, но свои решения, совершаю ошибки, но не звоню ей больше по каждому поводу. В то же время я перестала слушать ее "байки мудрости" и рассказы про детей подруг, которые всегда лучше. Думала, что отношения наладятся, а они испортились».

Мы сможем стать счастливыми только из состояния любви и величия, когда сердце открыто, и мы чувствуем безусловную любовь. Это наше место с мамой.

У вас есть жизнь, вы всегда принимали очень много решений. Если вы плакали, значит, вы испытывали чувство вины. У вас появилось новое знание, и есть два варианта. Или вы будете говорить: «Все не так. Все не работает», потому что у вас есть чувство вины и вы возвращаетесь туда, где живете в травмах. И есть другое решение: «Ура, я знаю, как надо и иду вперед в точку С».

Сейчас у вас есть новое знание, новое состояние и новое решение.

1. Новое решение: из хорошего — в счастливого.

2. Новое состояние: из отрицательных эмоций в любовь.

3. Новое осознание: без ожиданий, все такое, какое есть.

Как только вы понимаете, что идете через «Я хорошая», «Я послушная», «Я все сделаю», остановитесь и сразу же поменяйте, решение на «Я счастливая». Задайте себе вопрос: «А буду ли я счастлива от этого? И если нет, то, как сделать так, чтобы быть счастливой».

Я очень надеюсь, что когда вы осознаете механизм устройства отношений с мамой и прочувствуете величие мамы, то это останется с вами навсегда и будет тем домиком, где вы всегда можете укрыться. Так будет, если вы хотя бы на протяжении месяца станете менять свои обычные установки на «Я счастливая». Это состояние, которое уже никогда не развидеть и никогда не расчувствовать (как говорят мои студенты), и неважно — жива ваша мама или нет.

И вон сегодня пришло озарение:
внутри не было стержня опоры в
виде любви к себе, к маме, папе.
И не понятно как эту пустоту
заполнить...
И вот сегодня, тешу в себе это
Золотое Чувство наполнености!!!!
Хочу начать новое дело... очень
мне резонирует!!!
А страх тут как тут...
А нет уж, хватит!!!!
Во мне есть папа - сила которая
ведёт меня вперёд!!!
Во мне есть мама - целостность,
наполнености, любовь.
И каждую минуту ловлю это
состояние и возвращаю себе!!!

Я и Мама
Для своей мамы я была мамой, партнёром и
перемещалась из одной роли в другую,
дочерью я не была... было состояние
раздражение, злости и обида, я никак не
понимала, что же делать с этими чувствами,
сейчас после осознания своей роли с
мамой, что есть то место, где я младенец и
там всегда есть любовь, есть понимание,
что нужно возвращать себя в это состояние
любви, нарабатывать новый навык. Сейчас
есть чек лист своего места с мамой, ещё до
конца я не встала на своё место, зато я вижу,
когда ухожу на другую роль и возвращаюсь,
здесь нужно время)

Я и Мама
Для своей мамы я была подружкой с детства, потом в 11 лет стала партнером, а несколько лет назад ещё и стала мамой. Отношения просто шли совсем не туда и вся моя жизнь тоже. Ребёнком для мамы я никогда не была и даже не знаю как это. Когда мне был годик, мама родила брата и лежала в больнице пару месяцев, для меня это было предательство и с того времени я закрылась от мамы навсегда. Сейчас мы с мамой выстраиваем новые отношения, вместе слушаем Евгению, обнимаю маму и чувствую ее любовь, именно не знаю, а чувствую. У моей мамы как то и без меня находятся ресурсы и интересное общение. Я очень люблю свою маму и она мой самый большой и дорогой Ангел.

19. Мамочка, а помнишь я решила степ аэробикой дома заняться на сложенной гладильной доске, и при прыжке рукой сняла люстру с крючка. А ты даже меня не ругала
20. Мамочка, а помнишь ты блинчики пекла по вечерам, для нас 🖤🖤🖤
21. Мамуль, а помнишь как мы с тобой болтали вечерами у тебя на кровати и ты гладила меня по волосам💖

Присоединяйтесь 🥰

Папа

Задумайтесь, какая задача у отца? В первую очередь — защита. Все мы знали в детстве, что может прийти папа и спасти нас от собаки. Во вторую — признание. Это когда папа брал вас с собой на работу, на рыбалку, когда он вас сажал на плечи, когда вы понимали, что вы его дочь/сын.

Ошибка, которую мы часто допускаем, это то, что требуем от папы, чтобы он был мамой. Мы обижаемся на него, что он не выполняет мамин функционал. И так все детство. Папа для нас словно плохая мама: не находится с нами круглые сутки, не целует, не обнимает, не кормит, не помогает с уроками, не утешает... Тогда как на самом деле функции мужчины — защита и признание. Это мы разобрали выше.

ПАПА ДАЛ НАМ ФАМИЛИЮ, ПОЛОВИНУ СЕБЯ И ВОЗМОЖНОСТЬ ДЛЯ МАМЫ ВЫНОСИТЬ ЗДОРОВОГО ПОЛНОЦЕННОГО РЕБЕНКА. ДА ЧТО ТАМ, ОН ВЫБРАЛ МАМУ В КАЧЕСТВЕ ПРОДОЛЖАТЕЛЬНИЦЫ СВОЕЙ ЖИЗНИ. А ЗНАЧИТ, ВЫБРАЛ И ВАС ТОЖЕ.

Прочитайте все, что написано выше, еще раз. Папа сделал всю работу на 100%. А вы пытаетесь впихнуть его в мамину шкуру и навесить «бабскую» работу. Пока вы не признаете этого, вы не примете папину половину в себе, будете смотреть на него мамиными глазами.

Если папы не было, эти функции — защита и признание — брал на себя дедушка, отчим или другой член семьи мужского рода.

Егор: «Никак не пойму, почему меня не покидает ощущение, что все вроде бы нормально, но что-то в жизни не клеится. Есть семья, работа, мама более-менее успокоилась, я сам решаю свои проблемы, дети подрастают и только радуют. С Дашей мне хорошо, с Катей отношения наладились. Но нет счастья и какого-то удовлетворения. Я, будто зомби, хожу каждый день и делаю свои дела, словно робот. Где тот идеальный мир, о котором говорят в каждой рекламе? Почему при внешней успешности я никак не обрету покой и крылья, чтобы исполнить свои мечты?»

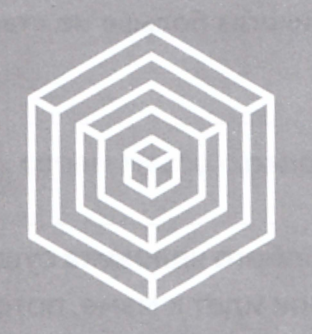
А теперь давайте подумаем: как воспринимает вас папа? Для него вы не сын, не дочь, не наследник, а младенец, который появился, когда вас родила мама.

Ваше состояние с папой — это момент, когда он узнал, что мама беременна. И мамы здесь нет, есть только вы и ваш папа. Вы были только эмбрионом в тот момент. Здесь рождается любовь, и нет обид, нет претензий. Если бы ваш папа вас не хотел, то вы бы не появились на свет. У вашего папы была своя жизнь, и в ней он мог не хотеть кого-то или чего-то, мог делать что угодно. Но в системе с вами (его дочерью или сыном) папа вас любит. Это две разные системы: в одной папа волен делать и желать все, что угодно. А в другой — вы его эмбрион, наполненный любовью. Пока вы живете в той системе, где есть мысли, что папа



Только с папой ребенок может выйти в мир. Папа отвечает за внешнее. Это и уверенность в себе, и целостность, и наполненность.





вас не хотел, вы будете жить в травме. Там нет решения, там ваши обиды и претензии. Вы застреваете там, как в болоте. Идти вперед можно только из позиции, где есть вы и любовь вашего папы. Так же, как любовь вашей мамы. Найдите для себя момент, когда папа вас любил, будь вы еще эмбрионом или младенцем, — у каждого он есть, и зафиксируйте свой фокус внимания там. И когда вы сможете это сделать, только тогда вы сможете посмотреть на него своими глазами.

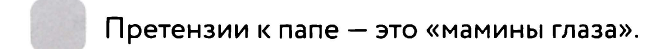
> **Егор:** «Несмотря на то, что отец очень любил и любит меня, и даже после развода мы поддерживаем отношения, я знаю, что он не торопился заводить детей с мамой. Они были молодые, безбашенные, любили друг друга. Отец понимал, что с рождением ребенка все изменится. Когда все случилось, мама была очень рада. За своей эйфорией она не заметила, что отец уже тогда начал отстраняться. А когда я родился (пусть даже мальчиком), мама вроде бы умело делила внимание между мной и папой. Но он понимал, что той, прежней женщиной она никогда больше не станет. Тогда и появилась мысль об изменах».

Какая роль у папы? У любого человека существует всего три базовых движения. Сначала ребенок идет к маме, потом он идет к папе, и только после этого он выходит в мир. Это значит, что сначала ребенок появляется у мамы, потом мама его рожает, и он появляется у папы, и только с папой ребенок может освоить систему «внешний мир». Все, что касается внутреннего, — это мама. Она отвечает за все отношения: с партнером, с деньгами, с людьми, в бизнесе. Это признание своей ценности и любовь к себе. Мама отвечает за внутреннее, но она никогда не может вывести во внешнее, у мамы эта функция просто не заложена. И поэтому на планете существуют мужчина и женщина. **Только с папой ребенок может выйти в мир. Папа отвечает за внешнее. Это и уверенность в себе, и целостность, и наполненность.** На своем месте с мамой мы наполнены,

мы в потоке, нам все удается, и все хорошо. Но когда мы можем это состояние трансформировать и передавать дальше, и транслировать партнеру, ребенку, в бизнес, другим людям, это говорит о том, что у нас все хорошо с папой. И вы можете быть внутренне в гармонии. Но, не проработав навык, вы не сможете дальше его транслировать.

Даша: «После института я сразу начала работать. Уже с первым мужем мы жили на свои деньги. Их всегда не хватало. Просить у родителей стыдно. На работе брала больше дел, думала, и оплата будет больше. Но ничего не выходило. Стала сомневаться насчет своей компетентности и возможности вообще зарабатывать деньги. Когда встретила Егора, думала, все наладится. Он хорошо зарабатывал, но мне нужен был свой кусок. Больших денег не приходило. Даже когда с подружками мы "замутили" свой бизнес, у нас ничего не вышло. Заказы были, но не денежные. В итоге все развалилось. Может, я просто не создана для роскошной жизни?»

Что нам мешает быть на своем месте с папой?



Претензии к папе — это «мамины глаза».

Пока у вас есть претензии к папе, вы находитесь на мамином месте. Вы можете быть на своем месте с мамой, но с папой у вас нет связи, потому что вы продолжаете смотреть на него «мамиными глазами». А еще «бабушкиными», «глазами маминых подруг, сестер и т. д.», «глазами социума», «глазами папиных родителей», «глазами бабушки на дедушку». Все по-разному смотрят на папу, и все по-разному говорят про него, но у ребенка есть свое место с папой, и есть место, где он любит отца. У всех до одного есть любовь к папе, какой бы он ни был. Это и является своим местом с папой. Но там никого нет, или только 0,001%, потому что тратится очень много энергии на поиск своего места с папой.

Даша: «Девочкам с детства внушают, что мужчинам нельзя доверять. Надо все время быть начеку. Только отвлечешься — они тут же норовят изменить, уйти, набедокурить. Как будто мужчина — это не взрослый человек, а маленький шкодник, которого следует постоянно контролировать. Мол, женщина всегда имеет в семье на одного ребенка больше, чем у мужчины. А бабушка еще подливала масла в огонь, что спать с мужем надо только по его желанию, иначе он посчитает тебя распутной».

Сейчас делаю задание про папу

И словила себя на сильнейшем заблуждении, претензии от мамы, что он не участвовал в моем развитии, жизни

Но если посмотреть в правду и мое состояние, то принимал самое основательное участие !! Пусть и через негатив к нему, но я такие незаменимые качества в себе формировала ...

Я и Папа
Папу я очень уважаю и люблю. Он умер когда мне было 11. В этой системе сбои были минимальны. Может в какой то момент я боролась за внимание мамы и поэтому мой фокус был на папе. Я приняла их как пару.

У себя заметила, что с папой мне легко общаться, радостно. Я сегодня позвонила ему, он был в магазине, сказал, я тебе сейчас перезвоню. И когда перезвонил так ласково говорил и сказал до завтра! Это я к тому, что с папой я общалась раз в год раньше по телефону и всегда обижалась. А теперь мне так легко и радостно и даже благословение просить! То есть стоило только разрешить себе любить папу и принять его в сердце!!!
А вот с мамой у меня более все переплетено. И замечаю, что второй день она мне начинает жаловаться. И я постоянно об этом думаю, что она все время жалуется, а я так не хочу этого!

Я сегодня нашла третье решение по-отношению к ПАПЕ. До курса: была обида на папу и много претензий. Я не могла понять, как быть с моими претензиями. Сейчас я поняла:
Главные претензии:
Папа пил: глаза: мамы, бабушки, деда, тети.. ❗ Третье решение: ИНСАЙТ: А как здесь поступит дочь? Я его любила всёравно и он меня тоже!
Папа подымал руку на маму: Здесь глаза: бабушки, деда и тд НО и МОИ! Я очень страдала от этого! Сейчас я поняла: 3 Решение: что это их дела были! ❗ Меня папа любил! И я принимаю всё что было от папы, это мне было для чего то нужно! (Я выбрала себе хорошего мужа!!!)

Личный опыт — травмы от разлуки или несправедливого отношения к вам со стороны папы. Например, когда папа ругался, унижал, когда вы хотели, чтобы он был рядом с вами, а его не было. Здесь работает точно такая же схема, как и с мамой. Мы оставляем травмы в прошлом и находим то место, где у нас была любовь. Только теперь с папой.

Отказ от восприятия папы сквозь «мамины глаза» происходит через осознание. Мы четко знаем, что претензии, которые были к папе, мы прекращаем и переходим на другое отношение. Только тогда мы идем к третьему решению, где есть любовь. А для этого нам надо выйти из травм.

Егор: «Отец насильно отдал меня в спорт. Не помешали ни состояние здоровья, ни мое нежелание заниматься хоккеем. Будучи ребенком, я терпел и старательно занимался. Но когда отец покинул семью, я сразу отказался от спорта, наверстал учебу и затаил на отца сильную обиду. Я знал, что мама никогда не одобряла такого авторитарного режима, но была слишком слаба, чтобы что-то изменить. С отцом у меня до сих пор очень напряженные отношения. Сказываются детские обиды».

Если сейчас зациклиться на том, что папа умер, или на том, что когда-то он ушел, то можно навсегда остаться в том возрасте и в той травме, когда это произошло. И это не то ваше место с папой, которое должно быть. Это прерванное движение. Не забывайте, что папа был с вами еще до травмы, и вы можете продолжать оставаться там. Если ваш папа умер, то он имел на это право. Ваши дети не хотят, чтобы вы умирали, но вы не можете решить не умирать. И если вы находитесь в другом мире, то мы никак не можем это изменить. Нам нужно развернуть мышление.

Есть еще позиция, что папы не было никогда. Но это неправда, вы состоите из папы и из мамы. Поэтому папа всегда внутри вас. Он мог не всегда находиться рядом физически, но на самом деле он этого и не должен.

Мама не отдает ребенка в «поле папы» — симбиоз с мамой. Тогда последствия еще печальнее. Поясню.

В три года нужно отдавать ребенка в поле папы и проращивать папу в ребенке. Только папа знает ответы на все вопросы. Поймите, что этот ребенок наполовину папин и наполовину мамин. Почувствуйте, что вы состоите из мамы и папы. Наши дети точно так же состоят из вас и из папы. Потому что женщины привыкли думать, что этот ребенок принадлежит им, тогда полностью перекрывается жизненный поток.

Лена, подруга сестры Егора: «Я в шоковом состоянии. Недавно поздним вечером возвращалась от подруги и заметила, что меня преследует подозрительный тип. Было очень страшно, я боялась войти в свой подъезд, вдруг и он войдет за мной следом? Позвонила мужу, хотела попросить, чтобы вышел меня встретить. А он, не дав мне сказать ни слова, бросил: «Я сейчас занят» и сразу же отключился. Все обошлось, но я до сих пор не могу простить мужа. Разве он не должен заботиться о своей жене, защищать ее? Как мне жить дальше с таким человеком? Наверно, мы разведемся».

Если ребенок остается в поле мамы — дети вырастают несамостоятельными. Все знают маменькиных сынков и маменькиных дочек. Это происходит, когда у нас нет папы, и мы не можем принять другое решение, мы смотрим на мир «мамиными глазами». Пока мы смотрим мамиными глазами, то мы не можем найти свои, потому что выбрать из одного невозможно. А надо бы начинать смотреть папиными глазами на мир

с трех лет. И только тогда смогут появиться свои глаза, ребенок не может выбирать из одного маминого мнения, а когда есть мамино и папино, тогда только сформируется свое.

Катя, первая жена Егора: «Мама всегда говорила мне, что муж должен обеспечивать семью, приносить все деньги домой и не спрашивать, куда они делись. Роль мужчины — в обожании женщины. Для этого он дарит подарки, уделяет внимание, исполняет любые желания. Должен, должен, должен. Как долго я крутилась в этих неверных словах и примеряла такой подход ко всем мужчинам. Я искренне не понимала, почему из этого ничего не выходит? Почему никак не получается построить нормальную семью?»

ДЕТИ, КОТОРЫХ МАМА ДЕРЖИТ ПРИ СЕБЕ (НЕ ОТДАЕТ В ПОЛЕ ПАПЫ), СТАНОВЯТСЯ ЗАВИСИМЫМИ. ОНИ НЕСЧАСТНЫ, И ЗАЧАСТУЮ НЕСУТ СВОЙ КРЕСТ ВСЮ ЖИЗНЬ. ВМЕСТО ПАПЫ У НИХ — ПУСТОЕ МЕСТО, БЕЗДОННЫЙ КОЛОДЕЦ, ПОЛНЫЙ НОЛЬ, ОТСУТСТВИЕ!

И туда маменькины сынки и дочки бросают все, что угодно и как угодно: это и сладкое, и сигареты, и зависимость от Интернета, и от партнера, и от детей. Они как бы заполняют пустоту, потому что так устроен мир и нулевое присутствие невозможно. Что-то должно быть. И часто это что-то совсем не служит цели продолжить жизнь.

Решение этих зависимостей будет только тогда, когда мы поместим на место дыры папу. Можно оставаться в своих вопросах, претензиях — тогда у вас внутри будет дыра, зависимость и несамостоятельность. Вы не сможете масштабироваться, прийти к деньгам, будете заваливаться назад

из точки В, не сможете идти к целям. А если есть и деньги, и масштаб, то не сможете перейти на новый уровень. А есть другой вариант — найти в себе папу, выйти из всех претензий и историй, и получить все в этом мире. Для этого нужно всего три движения: мама — папа — мир. Тогда все зависимости уходят, люди бросают пить, худеют не на силе воли, а из принятия решения.

Даша: «Еще в школе я как-то незаметно стала набирать вес. Вроде, несильно, но для девочек-подростков это очень большая проблема. Не сразу, но я поняла, что стала употреблять много сладкого. Поругалась с подружкой, парень не так посмотрел на меня, оценку получила плохую — любую проблему я заедала сладким. Впечатлительная и мнительная, я так успокаивала себя и набирала эндорфины. Но, как и в случае с алкоголем, порция каждый раз становилась все больше. В какой-то момент я перестала контролировать количество потребляемого сахара. Дело зашло слишком далеко. Пришлось худеть, а это было так непросто!»

Как только вы чувствуете, что опять становитесь зависимы, представьте себе папу — любящего, давшего вам все и вся, такого, каким он был, пока вы оставались эмбрионом. И вы поймете, что за вами стоят мама и папа. Вы наполнены, вы целостны на 100%, у вас стержень внутри, и вам никто не нужен. Вы можете взять ответственность на себя. Это то первое состояние, когда вы вдруг понимаете: теперь я могу давать. Партнеру, детям, родителям.

Катерина, подруга мамы Егора: «Очень люблю своего папу. Он такой добрый и ранимый человек. И какой-то неприспособленный к жизни. Особенно сейчас, когда мамы не стало, он, как неприкаянный ребенок, требует постоянной опеки. Я даже не могу себе пред-

ставить, как уехать в отпуск или лечь в больницу на обследование, хотя мне это очень нужно. Не могу оставить папу даже на пару дней. Он же без меня пропадет. Жаль только, что папа воспринимает мою заботу о нем как должное, почти не замечает меня. В моем детстве было точно так же, папа всегда смотрел на меня как бы отстраненно. А мне так хотелось его ласки и внимания».

Вспомните, что человек может отдавать только из состояния наполненности. Если остались пустоты (дыры, колодцы), то любые действия будут только заполнять эти пробелы зависимостями. Это обман и фикция. Из нужды не может быть изобилия. А оно появляется, когда вы принимаете в себе маму и папу полностью, когда они внутри вас. Плюс, порой мы заменяем понятие «отдавать из изобилия» на «давать из хорошести». Делиться изобилием — вот что такое отдавать.

Егор: «Я часто видел, как ругаются родители. Это было больно, обидно и непонятно. Мама обвиняла папу, бросая в его адрес упреки в том, что он виноват во всех мировых проблемах. А папа только отнекивался или обвинял маму в ответ. Они кричали, били посуду, закрывались на кухне, но мы все слышали. Мы, такие еще дети, беззащитные перед лицом взрослых угроз и передряг. Папа казался таким злым гоблином, а мама несчастной и обиженной. Часто после таких ссор папа уходил и возвращался только под утро сильно выпившим. А мама всю ночь плакала. Правда, отец никогда не бил мать. Но словами ранил очень глубоко и надолго».

Помните, что родители должны нам всего лишь дать жизнь, и, если вы живы, это значит только одно: **РОДИТЕЛИ СДЕЛАЛИ ВСЕ НА 100% ПРАВИЛЬНО.** Вот с понимания этого мы и начинаем жить. Можно жить из состояния 0,001% себя, не признавая маму и папу, мусоля

детские обиды, застревая в травмах. А можно жить из состояния целостности, когда родители приняты и обласканы. Не надо больше нигде открывать сердце, оно открывается, когда мама и папа внутри вас. Это фундамент. Вот так легко, просто и красиво из 0,0001% можно стать целостным на 100%. Так происходит у всех студентов после участия в моем курсе.

Светлана, подруга Даши: «Я всегда считала, что рядом со мной была только мама, а папа был где угодно, только не рядом со мной. Я никогда не могла с ним посоветоваться. Только что я осознала, что, когда я была маленькая, всё свободное время проводил со мной папа. Папа гулял со мной, папа учил меня кататься и на лыжах, и на коньках. Папа играл со мной. Папа дарил мне всегда радость! А я всегда была очень грустным и застенчивым ребенком, очень зажатой, и выросла такой же замороженной. А сейчас я понимаю, что папа всегда был рядом, он всегда улыбался и шутил, он принимал и принимает жизнь легко. Я сижу и плачу, набирая этот текст».

Попробуйте найти в себе маму и папу. Для этого можно использовать следующее упражнение. Сядьте и напишите в колонку как минимум пятьдесят своих качеств, которыми, по вашему мнению, вы обладаете. Во второй колонке напишите, чье это качество — мамино или папино. Даже если есть сопротивление — все равно пишите. В третью колонку напишите, что вы получили благодаря этим качествам. К примеру, благодаря целеустремленности вы закончили пять институтов, из-за здорового упрямства смогли добиться высокого положения в обществе, и т. д. В последней колонке напишите, кто является фундаментом вашего успеха — мама или папа. Если вы все сделали честно и вдумчиво, то увидите, что все, что вы имеете — мамино или папино. Какой вывод напрашивается? Ответ снова внутри вас. Что именно они являются фундаментом всего, что есть у вас, и вы являетесь их улучшенной версией. И здесь заканчива-

ются все претензии к родителям. Без этого вы не сможете пользоваться на 100% тем, что у вас есть. Удивительно, правда?

Таисия, знакомая Даши по санаторию: «С детства я ощущала себя гадким утенком. Смотрела на других и думала: почему им дано все, а мне как будто достались объедки? Лицо какое-то невыразительное, фигура далека от стандартов красоты. Никакими талантами я не обладаю. Все во мне не то и не так. Кому я такая нужна? Были даже мысли уйти из этой никчемной жизни, но пока держусь».

Когда вы на своем месте, отношения с мамой выглядят так:

1. Исчезли конфликты.
2. Люблю маму по-другому.
3. Появилось понимание, что мама желает мне счастья.
4. Ушел контроль маминой жизни.
5. Появилось ощущение любви от мамы.
6. Появились искренние объятия с мамой.
7. Признание величия мамы.
8. Ушло ощущение, что я в неоплатном долгу перед ней.
9. Начали видеть маму настоящей, ушла иллюзорность в отношении мамы.

10. Появилось понимание, что мама — это обычный человек.
11. Оценили вклад мамы в свою жизнь.
12. Мама перестала жаловаться.
13. Рассказываю о себе и не решаю ее вопросы.
14. Ушел контроль в отношении мамы.
15. Нет обиды, что чего-то недодали.
16. Вижу маму в своих детях.
17. Понимание, что смотрю на мир глазами мамы.
18. Теперь мама идеальная для меня.
19. Мама перестала раздражать.

Отношения с папой ощущаются так:

1. Появилось чувство благодарности и любви к отцу.
2. Понимание, что папа любит так же, как мама.
3. Наладился контакт с отцом.
4. Ощущение поддержки отца вам.
5. Увидели качества отца в себе.
6. Берете папу в сердце с собой на переговоры.

7. Пользуетесь мощью и харизмой отца в себе.

8. Перестали искать поддержку в других людях.

9. Ушел страх оценки и осуждения.

Я и папа —вопще не воспринимала,как будто его и небыло умер ну и умер,игнорировала,осуждала,и я плачу от любви моего папочки,я наполнена,я его маленькая дочка,любимица.

Была в лояльности к маме,
смотрела на пару глазами мамы
Потом перестала и стала
осуждать маму, встала на место
бабушки
И перешла на место мамы для
папы
Значит и проживала жизнь
бабушек с их дозами

Теперь папа это папа
Мама это мама
Я для них дочка

Делая домашнее задание с удивлением обнаружила, что смелая и решительная я стала исключительно благодаря папе. А до сих пор почему то считала, что это я сама такая супер-пупер! Плюс разбираться в людях и доверять им или нёт - это тоже благодаря папе. Удивительно)))))

Я и Папа
Папы мне не хватало, только на лекции я поняла, что тоже есть мое место с папой, где есть любовь и осознала, что я смотрела на папу мамиными глазами, мне всегда хотелось любить папу, сейчас есть понимание, что я могу любить папу, папы уже нет вживых, он всегда останется в моем сердце. Для меня родители самые правильные

2. В системе: Я и папа. Я-Мама . Папа умер. Я его жалела, считала, что мама виновата, что у него так сложилась судьба (смотрела мамиными глазами), жалела - смотрела бабушкиными глазами. Тосковала (детская позиция).
После соединения с папой: поняла, что он имел право прожить жизнь, как считал нужным. Испытываю спокойствие и любовь. Я состою из мамы и папы. Они в моем сердце.

Самое яркое впечатление для меня было принятие папы, это как яркая вспышка и озарение... я всегда любила папу, но оказывается не позволяла себе это проявлять... ведь я всегда смотрела на него чужими глазами, а не своими.
Как только произошла "вспышка", чужие глаза осыпались и действительно в груди распустился цветок.

Я чувствую, как ко мне вернулась Жизнь!
У меня много энергии
Встаю с радостью.
Сняла квартиру мечты и каждое утро дышу морем.
Чувство благодарности к себе, людям, Евгении за знания.
С радостью делаю себе подарки, забочусь о себе и искренне помогаю жить самой себе красиво и в позитиве

Была мамой для мамы, всегда защищала ее от папы и винила себя и папу, что не уберегла ее. Ушла печаль от ее ухода, хотя прошло уже 11 лет. Чувствую ее любовь ко мне глубоко внутри себя.

Смотрела на папу мамиными глазами и осуждала. После первой медитации на воссоединение проплакалась от души. Глубоко легло на сердце воссоединение мамы и папы как счастливой пары и нас вместе как счастливой семьи 🙏

Увидела папу как самого лучшего для меня отца и чувствую глубокую благодарность за признание и защиту 🙏

Я сегодня наконец-то съездила к родителям. Они у меня старенькие. Попросила Благословения у обоих сразу.

По телефону просить никак не могла. Мама сначала перепугалась, все тревожилась, что случилось? Сон может видела? Я ей все объяснила , и сказала что теперь каждый день с утра буду просить Ваш Бата (благословение).

Они с радостью меня благословили на все Домой приехала, позвонила мама и вдогонку ещё и ещё благословляла . Они читают намаз, и я знаю, что и так они молятся за нас, своих детей.

Но все таки самой подойти и попросить у родителей Благословления - это волнительно! Спасибо, Евгения, за такой вот опыт

Урок «Свое место с Мамой» - это просто переворот, это открытие и начало новой жизни

Улучшения приходят не только в системе с мамой. Жизнь не будет прежней 💯

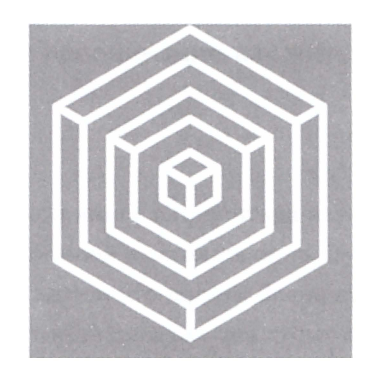
Было много обид на Маму, недоверия, осуждения. И увы, это грузом в себе держала много лет. Безусловно я буду ещё прорабатывать для завершения всех трудностей с Мамой.

Но это время перемен. Я счастлива

Я все не могу прийти в себя после урока про маму. Звоню каждый день, болтаем, она меня благословляет. Все так легко и естественно. А раньше прям заставляла себя позвонить, из-за того, что она все время жаловалась. А ещё - сейчас мне понятен смысл слов «мама в сердце», когда я думаю про маму, мне кажется, я физически ощущаю сердце 🤍 в груди. Это так здорово!

Глава 6

КАК СОЗДАТЬ ФУНДАМЕНТ СЧАСТЬЯ И УДАЧИ



Глава 6
КАК СОЗДАТЬ ФУНДАМЕНТ СЧАСТЬЯ И УДАЧИ

С помощью мамы и папы (жизни) мы попали в большой неизведанный мир. Дальше мы все взрослеем, проходя через детскую, подростковую позицию, и, наконец, выходим во взрослую позицию. У нас уже есть какие-то свои представления о маме и о папе, о том, как должно все быть устроено в этом мире. Но универсальной инструкции нет, поэтому происходит непонимание, как жить и что делать.

Даша: «Как-то в одной книге я прочитала историю, что девушка в 17 лет потеряла родителей и осталась одна. Она в прямом смысле слова не знала, куда идти и что делать. Вчера еще у нее было все: любовь, семья, укрытие. А сегодня она стоит одна посреди поля жизни без инструкции что делать, и путеводителя, куда дальше идти. Я тогда четко провела аналогию с собственной жизнью. Когда нам дают свободу и ответственность принимать собственные решения, мы теряемся. До "взрослости" мы видим только семейные роли: мама, папа, бабушка... Иногда подмечаем роли жены и мужа. А вот как быть женщиной или мужчиной, нам никто не рассказывал. А так бы хотелось иметь представление о том, как устроен мир, и расширить свое тоннельное зрение».

Помните, как учатся дети? Они всех копируют: братьев и сестер, героев книг, мультиков.

КОГДА МЫ ВЗРОСЛЕЕМ, НО НЕ ЗНАЕМ, КАК ЖИТЬ, МЫ НАЧИНАЕМ КОПИРОВАТЬ МОДЕЛИ ПОВЕДЕНИЯ, КОТОРЫЕ БЫЛИ У НАС ПЕРЕД ГЛАЗАМИ, КОГДА МЫ РОСЛИ. МЫ НАХОДИМ БАЗОВЫЕ МОДЕЛИ С МАМОЙ И С ПАПОЙ.

Даже если мы находимся в целостном состоянии с мамой и с папой, мы начинаем думать, как нам жить. После того, как мы решили все вопросы с родителями и поместили их в свое сердце, конечно же, самые сильные энергии из жизни мамы — в ее системе продолжения жизни, а из жизни папы — в его. Все эти энергии предназначены для нас. Нас подпитывает сила из многих-многих поколений наших семей.

На нас влияют все поколения нашего рода. Это то, что мы помним, и то, с чем мы живем. Поток из источника жизни приходит к нам через всех наших предков, начиная с самого основания, где зародился этот источник. Это наш фундамент, через него мы можем выйти дальше, ведь наши мама и папа также состоят из своих мамы и папы.

Какие знания мы выносит из семьи? Чаще всего негативные. Мне часто пишут, что дедушка бил бабушку и маму, папа пил, дядя был насильником, отчим в детстве приставал. Я говорю: ВСЕ НЕ ТАК. Ваше восприятие происходило не со своего места. Вы на родственников смотрели чужими глазами, и кто-то стоял не на своем месте.

Егор: «Помню, что отец любил нас с сестрой. Всегда уделял внимание, покупал игрушки и прививал правильные ценности. Однако по

отношению к маме он вел себя безобразно. Мама всегда обвиняла себя, таскалась по гадалкам, салонам красоты, думая, что так вернет отца. А тому не хватало чего-то другого. Сейчас я, наверное, могу его понять. Но тогда я смотрел на мир обиженными мамиными глазами. Это было предательство, отвратительное поведение, унижение и дурная слава. Внутри я понимал, что это неправильно, но не знал, как должно быть, как бывает по-другому. В итоге я поверил, что изменять — это норма в браке. Много позже, когда я осознал себя мужчиной, я понял, что не имеет смысла жениться и давать клятвы, если не собираешься их выполнять».

У всех нас одинаковые истории, а все наши родители — из обычных семей, из таких же, как и мы. Наши родители такие же дети для своих родителей, как и мы для своих. Мы думали, что они должны быть идеальными, должны были быть Богами для нас, но они из таких же семей, как и мы. Это первое, что мы должны осознать: наши мама и папа такие же дети своих родителей. Наши родители для нас — мама и папа, но для своих родителей они — дочь и сын. В этом положении у них очень много энергии, так же, как и у вас на месте дочери или сына.

Как часто вы так смотрели на своих родителей? Если сейчас это произошло впервые, значит, в скором времени произойдет много осознаний. А если вы всегда в своих родителях видели детей, значит, вы сейчас находитесь на месте бабушки и дедушки.

Марина, подруга Даши: «Непростое детство, родители в разводе, когда мне 6 лет. Мама находит отчима, пьянки, драки, в итоге я вырастаю и уезжаю. У них жизнь в процессе тоже становилась лучше, но в итоге и они разошлись, сейчас мама одна. Нас в семье трое детей, все живем отдельно, у всех с мамой отношения непростые. Я пытаюсь настроить отношения с мамой, встать на место ребенка,

но ощущение и факты, что мама постоянно выталкивает меня не на свое место, а на бабушкино или ее партнера, не покидают. Поняла, что в браке у меня с мужем та же проблема, даже методы достижения от меня желаемого у мужа и у мамы одинаковые. Когда начала обозначать мужу свои границы, брак начал рушиться. Муж имеет токсичную мать, там тоже очень непростые взаимоотношения. Хочу понять, в чем моя ошибка и что мне мешает выстроить с любимыми людьми здоровые взаимоотношения».

МЫ ЧАСТО НЕ ЗАМЕЧАЕМ, КАК ЗАНИМАЕМ ВЫШЕСТОЯЩИЕ ПОЗИЦИИ И УЧИМ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ, ДАЕМ ИМ СОВЕТЫ КАК ЖИТЬ, ЖАЛЕЕМ ИХ — ЭТО ПОЗИЦИЯ СВЕРХУ. НА САМОМ ДЕЛЕ МОЖНО СМОТРЕТЬ НА ВСЕ ЭТО ИЗ СОСТОЯНИЯ ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА, КОТОРЫЙ ВОСПРИНИМАЕТ РОДИТЕЛЕЙ СО СВОЕГО МЕСТА, — МЕСТА РЕБЕНКА.

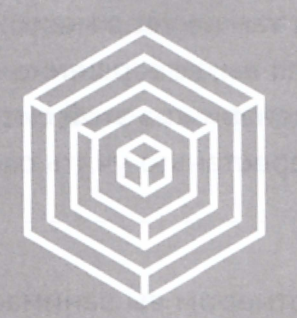
Вам покажется странным, но ваши дорогие родители каким-то образом выживали до вас: ели, пили, болели, *зарабатывали, решали свои* проблемы. И тут вдруг они стали маленькими детьми и тычутся кругом, как слепые котята. И только вы знаете, как им жить правильно, без вас они пропадут. Нет. Ни одного родителя за время моих программ не пострадало. Факт.

Егор: «После развода родителей я долго был на стороне мамы. Я жалел ее за все: за то, что ей теперь придется воспитывать нас в одиночку, что придется больше работать, что она вынуждена будет наплевать на себя и положить все силы на то, чтобы поднять детей. Сестра хоть могла поплакать, а я даже не знал, как выразить свои чувства. Чем больше я злился на отца, тем больше жалел и опекал маму.



Мы часто не замечаем, как занимаем вышестоящие позиции и учим своих родителей, даем им советы как жить, жалеем их — это позиция сверху. На самом деле можно смотреть на все это из состояния взрослого человека, который воспринимает родителей со своего места, — места ребенка.





Постепенно мать к этому привыкла и стала просить этой жалости у меня. Позже, как уже рассказывал, это превратилось в требования и претензии. А иногда и в обвинения, что я такой же, как отец».

Родители — это другая система, и она к нам не имеет никакого отношения, потому что нас в этой системе просто нет. В своей голове мы можем себя от нее отделить. Мы есть в системе с бабушкой и дедушкой, мы есть в системе с мамой, но нас нет в системе с мамой, дедушкой и бабушкой. Важно, чтобы вы увидели это своими глазами, а не глазами бабушек и дедушек, или мамы.

Если вы до сих пор в этой системе, в которой вас не должно быть, то ситуации, перечисленные ниже, будут вам знакомы. Только от вас зависит решение, как жить дальше.

- Вы стоите в чужой системе не на своем месте, потому что папа/мама тоже занимают там не свое место. Предположим, место партнера бабушки. Тогда вы, совершенно неуместные в этой схеме, будете повторять сценарии из этой системы. У вас не будет своих ДОЗ и ресурсов. Перестаньте учить своих родителей и помогать им из хорошести.

- В отношениях с партнером вы занимаете место свекрови. Тогда ваш муж становится ребенком, а дети встают на ваше опустевшее место жены. Хорошо ли это? Нет. Примите партнера как равноправного и вернитесь на свое место.

- Вас воспитывала мама. Вы всю жизнь провели на партнерском месте. Все партнеры будут приходить на папино место, вы будете зависеть от таких партнеров, потому что будете считать, что партнер должен вас защищать, признавать, содержать и делать все, что должен делать отец для своего ребенка. Оставьте маму только мамой для себя.

Вы носите траур по умершим дольше 40 дней. Если у вашей мамы или у папы умерли родители, дети, были аборты или выкидыши, и вы все время в трауре, то фокус внимания, всегда остается в той проблеме. Это «поле мертвых». Мертвым деньги не нужны. Мертвым отношения не нужны. Мертвые могут все время спать и ничего не делать. Здесь нет никакой эзотерики, только математика. Есть живые, есть мертвые. А есть другой выбор, когда мы живем на своем месте и ставим цели, действуем, находимся в потоке жизни, соблюдаем порядки этого мира, где на траур отводится 40 дней.

Даша: «Будучи уже взрослой, я узнала, что у мамы до меня был аборт. В тот момент отношения с отцом не клеились, и она приняла такое трудное решение. Но, видимо, внутри не смирилась с потерей нерожденного ребенка. Иногда я ловила на себе отвлеченный взгляд матери, как будто она на моем месте представляла кого-то другого. Дети не в силах дать верную оценку тому, что иногда делают родители: заставляют нас заниматься нелюбимым спортом, сочиняют сказки про маленьких девочек и мальчиков, в которых мы не узнаем себя. А потом удивляются, откуда у нас воображаемые друзья и герои».

Просто ответьте себе на вопрос: хотели бы ваши родственники, которые умерли, чтобы вы страдали, или им хотелось бы, чтобы вы жили счастливо? Вот. Это наше внутреннее знание. Зачем нам идти против? Ведь в тáком случае мы идем против системы и предаем себя и наших умерших родственников. Лучше сделайте что-то хорошее в честь ваших умерших. Когда мы горюем, мы держим наших родных между полем живых и полем мертвых. Как только мы делаем в их честь что-то хорошее, в память о том, что их жизнь была не зря, они, как воздушные шарики, улетают, чтобы перевоплотиться.

ВАЖНО ПОНЯТЬ, ЧТО, КАК ТОЛЬКО ВЫ ВСТАНЕТЕ НА СВОЕ МЕСТО В СВОИХ СИСТЕМАХ, РОДИТЕЛИ ВСТАНУТ НА СВОЕ ВМЕСТЕ С ВАМИ. НО! ОНИ НЕ ВСТАНУТ НА СВОЕ МЕСТО В ДРУГИХ СИСТЕМАХ, ГДЕ ВАС НЕТ, ПОТОМУ ЧТО ЭТО ИХ ЖИЗНЬ, И ОНА ИХ УСТРАИВАЕТ, И ИМ НРАВИТСЯ ТАК ЖИТЬ. ВАС ЭТО НЕ КАСАЕТСЯ, ВАША ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА – ЗАНЯТЬ СВОЕ МЕСТО С РОДИТЕЛЯМИ.

Наталья, знакомая Егора и Даши: «Недавно узнала, что муж мне уже год изменяет. Как он мог? Никогда бы не подумала, что он на такое способен. Вот уж правда, в тихом омуте черти водятся. Сестра говорит, что я сама виновата, слишком его подавляла и контролировала, вот он и "сорвался с поводка". А я вот думаю, наверно, мало контролировала, раз он до такого докатился. Что делать, пока не решила. Выгнать его? Так у нас же дети».

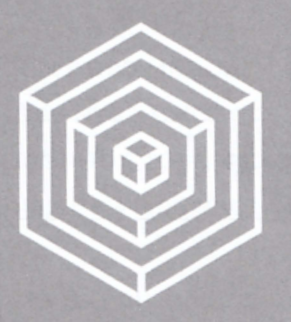
Какие будут последствия нахождения не на своем месте?

Кроме того, что мы проживаем не свою жизнь, у нас нет самостоятельности, уверенности, нет понимания своей ценности, мы находимся в слабой позиции, у нас нет возможности масштабироваться, сохраняется положение жертвы. Все это происходит с нами, потому что мы не знаем себя, у нас нет себя, мы не можем себя найти. Мы постоянно думаем, что и как сделать. Когда мы живем чьи-то жизни, то мы очень маленькие. Мы знаем, что хотят эти люди, на месте которых мы живем, но мы не знаем ничего про себя. Мы можем знать только, что мы должны делать, но не знаем, чего мы хотим. Как только вы говорите «я хочу», вы сразу же понимаете, что вы не знаете «как», и откатываетесь в состояние «я должен».



Важно понять, что, как только вы встанете на свое место в своих системах, родители встанут на свое вместе с вами. НО! Они не встанут на свое место в других системах, где вас нет, потому что это их жизнь, и она их устраивает, и им нравится так жить. Вас это не касается, ваша главная задача — занять свое место с родителями.





Даша: «Иногда моя интуиция подсказывает мне правильные решения. Только я к ней не прислушиваюсь. Мне всегда казалось, что разум правит бал. Оказалось, что он только путает меня. Тот момент, когда очевидный ответ на вопрос выскакивает в моем сознании, и есть правда. Где-то глубоко я знаю, что мне нужно, и ответ приходит сам собой. Но мозг, заполненный установками, опытом и чужими историями, отталкивает на 100% правильный ответ и заполоняет собой мое слабое сознание. В итоге я поступаю так, как принято обществом, как подсказывают поколения и... мама. А ведь это совершенно не мои желания и стремления!»

Когда вы найдете свое место с мамой и с папой, найдете свои сотни и тысячи историй с другими людьми, вы обнаружите себя. Но пока вас совсем чуть-чуть. Вы не знаете, как жить, где взять инструкцию по жизни. Часто мы просто берем чью-то модель и тащим в свою жизнь все последствия чужого сценария. Вместо того чтобы создать свой. Мы уходим обратно в те ненужные истории.

А надо так. Мы сначала находим свое место с мамой и с папой, потом мы понимаем, что мама и папа тоже дети своих родителей. И у нас растет фундамент самого себя, пропадает тоннельное зрение, мы смотрим на мир другими глазами и продолжаем наращивать фундамент себя.

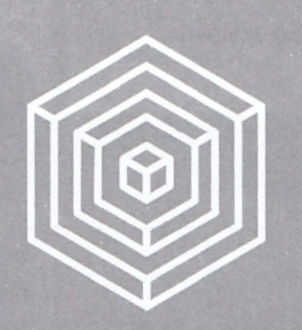
Когда мы понимаем, что стоим на перепутье, то хотим пойти по дороге, где есть счастье и радость. Но для того, чтобы пойти туда, нам надо порвать связи, которые нас так плотно держат в старых историях. Это непонимание, как устроен наш мир, непонимание системности этого мира, незнание языка систем. Для этого и существует моя технология, по которой мы с вами идем из старых историй через свое место в жизнь своей мечты.

Егор: «Не понимаю, как стать счастливым. Где те условия, то место, в котором я на 100% счастлив и не заморачиваюсь ни о чем! Пом-



Когда мы понимаем, что стоим на перепутье, то хотим пойти по дороге, где есть счастье и радость. Но для того, чтобы пойти туда, нам надо порвать связи, которые нас так плотно держат в старых историях. Это непонимание, как устроен наш мир, непонимание системности этого мира, незнание языка систем. Для этого и существует моя технология, по которой мы с вами идем из старых историй через свое место в жизнь своей мечты.



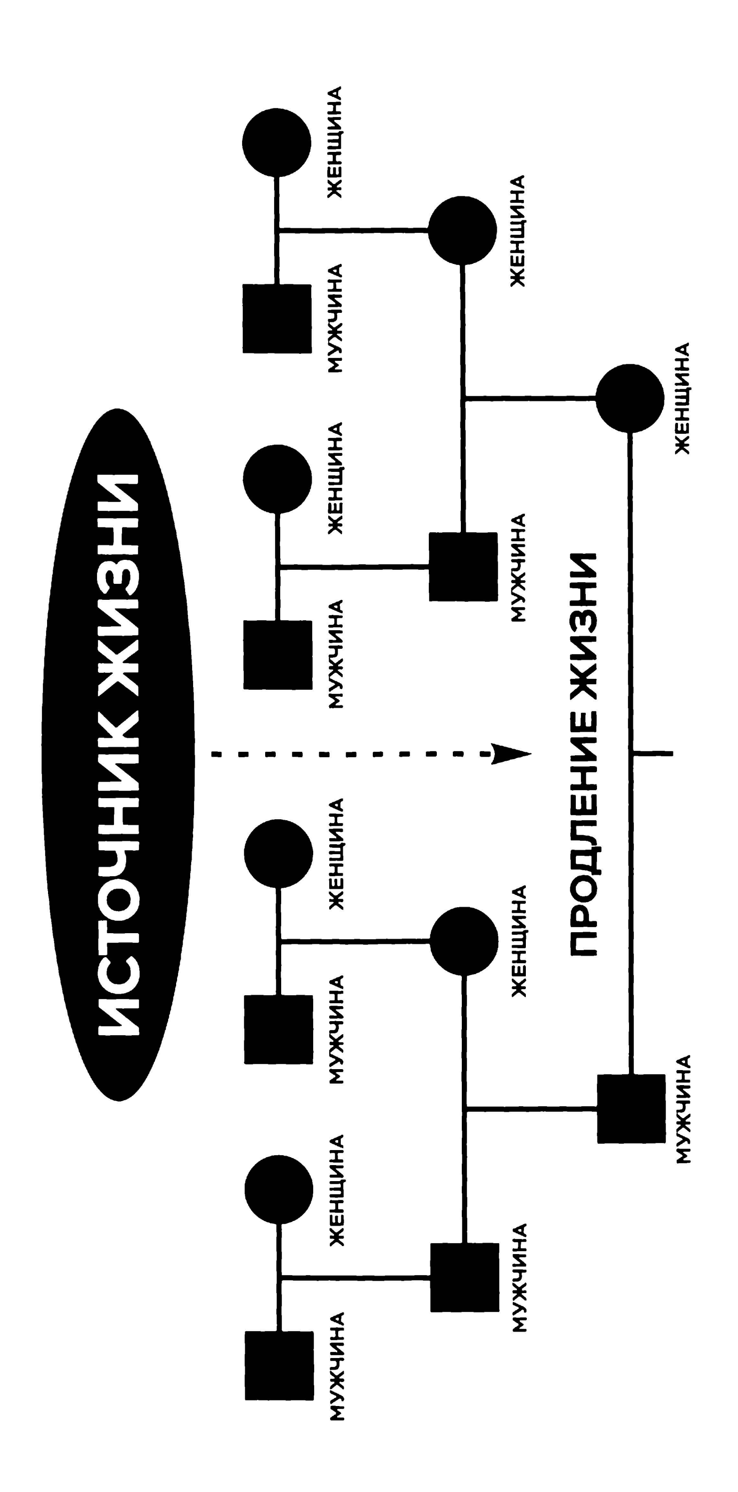


ню, как-то мы ездили с Дашей в отпуск. Отель выбрали шикарный, море близко. Одним прекрасным утром я вдруг понял, что нахожусь в своем раю. У меня есть все: семья рядом, море под боком, солнце, и никаких забот в моменте. Я сразу же осадил себя, понимая, что это состояние невозможно сохранить. Но тогда я очень хорошо его запомнил. Больше таких моментов не повторялось. А так хочется, чтобы он длился вечно! Ощущение, что мы просто повторяем один и тот же шаблон изо дня в день, бегая, как лошадки, по кругу, не покидает меня много лет».

У каждого есть своя жизнь и роль ее дальнейшей передачи. Жизнь мамы или бабушки к вам не имеет никакого отношения, но мы связаны со всеми родственниками через передачу жизни. Мы все состоим из этих двух частей: одна часть — это ваша жизнь, и к вашей жизни никто не имеет отношения, кроме вас самих, другая часть — та жизнь, которая передается. Запомните, что есть эти два состояния: это единственно верное мироустройство. Не бывает другого. У всех есть своя жизнь, и есть роль передачи жизни на службе жизни.

В НАС ЕСТЬ СИЛА ВСЕХ РОДОВ И СИСТЕМ НАШИХ ПРЕДКОВ. ЧТОБЫ ВОССТАНОВИТЬ В СЕБЕ ТЕ ЧАСТИ, КОТОРЫЕ ПЕРЕДАВАЛИ ЖИЗНЬ, И УЙТИ ИЗ ЧУЖИХ ЖИЗНЕЙ, КОТОРЫЕ ИМЕЛИ ПРАВО ЖИТЬ ТАК, КАК ОНИ ХОТЕЛИ, НАЙДИТЕ СВОЕ МЕСТО В СИСТЕМЕ ПРОДОЛЖЕНИЯ ЖИЗНИ.

Помните, все было не зря, просто потому что вы живы. Сделайте в этой жизни что-то хорошее для предков — будьте счастливы. Наши предки в бесчисленном количестве трудились для нас. Поэтому мы здесь, чтобы трудиться дальше для своих детей. На службе жизни.


ИСТОЧНИК ЖИЗНИ
МУЖЧИНА
ЖЕНЩИНА
МУЖЧИНА
ЖЕНЩИНА
МУЖЧИНА
ЖЕНЩИНА
МУЖЧИНА
ЖЕНЩИНА
МУЖЧИНА
ЖЕНЩИНА
МУЖЧИНА
ЖЕНЩИНА
ПРОДЛЕНИЕ ЖИЗНИ
МУЖЧИНА
ЖЕНЩИНА

С мамой появились душевные и тёплые диалоги, полное понимание и одобрение
Папу, его 10 лет как не стало, я теперь воспринимаю как человека, прожившего счастливую и яркую жизнь. Мама с папой в моём сердце теперь счастливая и любящая пара🖤🖤

Боже, какая радость! 🖤

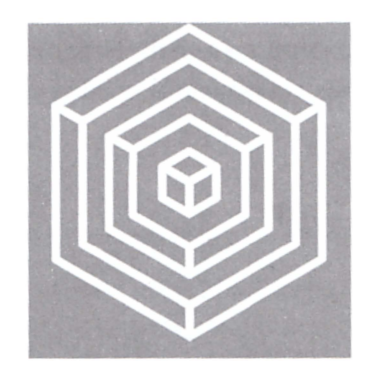
О да! Сколько я всего читала и пробовала принять родителей, а тут просто за пару часов взяла и приняла) и весь род вместе с ними! Чувствую к ним огромную любовь и их любовь ко мне, их поддержку! Это что-то невероятное😍😍😍

ОБИД вообще нет никаких!

У меня папа недавно позвонил маме и спросил все от у меня в порядке, почему каждый день стала ему звонить))) 😂😂😂 он конечно не против, но я, так поняла, для него это неожиданно стало и он заволновался. Но я все равно держу курс на счастье! Это их отношения, их чувства, меня там нигде нет. Есть только мое место с мамой и мое место с папой. И я стала такая счастливая!!! Только от этого)))

Глава 7

УРА! У МЕНЯ ЕСТЬ ИНСТРУКЦИЯ



Глава 7
УРА! У МЕНЯ ЕСТЬ ИНСТРУКЦИЯ

Вспомните, в самом начале книги у вас было столько страхов и сомнений. С частью мы попробовали разобраться: записали вопросы-блокираторы, сделали упражнения, нашли в себе фундамент счастья… Но это только вершина айсберга. Полная проработка невозможна в рамках одной книги. Мои студенты на программах работают по 30, 100 и более дней, выходя из травм, из детской позиции, и с удивлением обнаруживают, что только и начинают жить счастливо на Своем Месте.

СРАЗУ ПОСТАВИТЬ ВСЕ С ГОЛОВЫ НА НОГИ НЕ ПОЛУЧИТСЯ, ЭТО ФАКТ. ВО МНОГИХ ВОПРОСАХ ВЫ ВСЕ ЕЩЕ НЕ ФОКУСИРУЕТЕСЬ НА ИЗМЕНЕНИЯХ, А ОСТАЕТЕСЬ В СИТУАЦИЯХ, ГДЕ ВСЕ ПЛОХО. ЕСЛИ У ВАС ГДЕ-ТО ЕЩЕ ЧТО-ТО НЕ СЛУЧИЛОСЬ, ЭТО НЕ ЗНАЧИТ, ЧТО ТО, ЧТО СЛУЧИЛОСЬ, НЕ ВАЖНОЕ. НЕ ОБЕСЦЕНИВАЙТЕ СВОИ РЕЗУЛЬТАТЫ.

Возможно, в этом аспекте жизни, где ничего пока не поменялось, всего лишь больший процент переплетения, и вам потребуется больше времени, чтобы измениться. Но мы увидели, как система работает,

как одна система перетекает в другую. Не давайте мозгу обесценить те изменения, которые уже начались или только мерцают на горизонте сознания.

Егор: «С меня хватит. Я больше не хочу быть для мамы палочкой-выручалочкой. Я сын и свой долг знаю. Подростком тащил всю семью на себе, безмолвно играя роль отца и главы семьи. Потом помогал маме, как мог. Сейчас пришло время дать ей самой разбираться со своими проблемами. Хотя бы с мелочами. Ведь как-то же она существовала до брака и встречи с моим отцом! У меня есть другие, более важные задачи, которые требуют моего внимания. Теперь, когда мама позвонит с очередной просьбой, я сначала сделаю дела свои и своей семьи, и только тогда постараюсь выкроить время для притязаний старшего поколения. Это непросто, но давно пора было это сделать».

Вспомните, как на страницах книги мы вместе шли из точки А в точку В. Если сейчас появляются «Но», значит, вы поворачиваете назад. И все, что вы сейчас думаете про неудачи, уводит вас из точки В. А когда вы говорите: «Супер! Что дальше?», вы идете вперед к жизни своей мечты.

Давайте повторим, как мы шли, чтобы всегда была возможность обратиться к книге и повторить этот путь.

1. Сначала мы осознали, как все работает, что такое системы, какие есть законы и роли в каждой системе. Теперь вы это уже не сможете «развидеть».

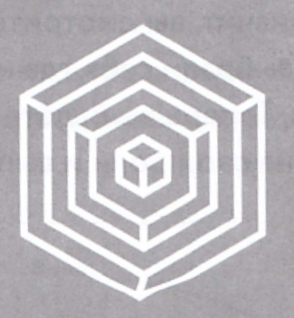
2. Затем сделали диагностику, где мы находимся в моменте.

3. После назначили себе лечение: нашли свое место с мамой, папой, разобрали прошлые истории, нашли ценность себя и отрегулировали эмоции.



Сразу поставить все с головы на ноги не получится, это факт. Во многих вопросах вы все еще не фокусируетесь на изменениях, а остаетесь в ситуациях, где все плохо. Если у вас где-то еще что-то не случилось, это не значит, что то, что случилось, не важное. Не обесценивайте свои результаты.





Дина, подруга Даши: «Я понимаю идею системы, как она работает. Проанализировав свою жизнь и поведение с точки зрения работы системы, я поняла, с кем и как я нарушала законы системы. Например, с мужем нарушала закон иерархии, так как воспитывала его, стала ему мамой, по сути. Я понимаю, что надо делать, чтобы вернуться на свое место. Мой вопрос в следующем: как не слиться, не скатиться обратно в старую роль мамы? Ведь это старые нейронные связи, выработанные годами. Как только происходит какое-то событие, ты начинаешь реагировать по-старому и снова воспитывать и учить. А потом проходит время и понимаешь, что снова вела себя не так. Да, в каких-то ситуациях ты реагируешь уже по-новому, с позиции равноправного партнера, а не мамы, но в каких-то на автомате скатываешься в старую роль. Как сделать так, чтобы не скатываться в старую роль, выработать новые нейронные связи?»

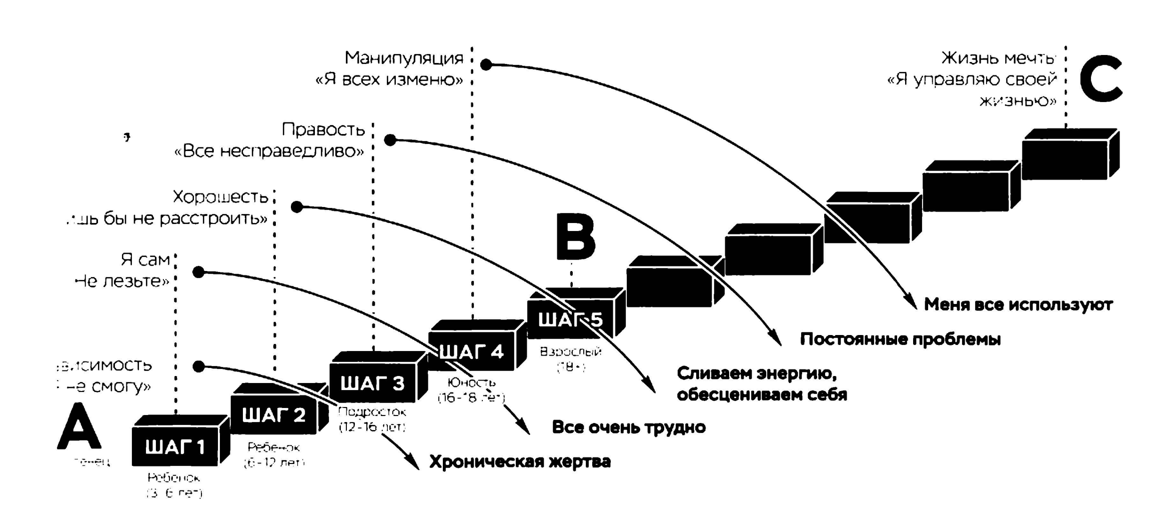
Так как теперь вы знаете, как поступать, если где-то произошел сбой: исчезли деньги, отношения, здоровье, вы не в ресурсе, испытываете отрицательные эмоции, значит, вы смотрите, где вы застряли с мамой, с папой, где предали и не выбрали себя, где нарушили законы иерархии, принадлежности, баланса. Теперь вы будете понимать, как возвращаться в точку В, как вставать на свои роли и выполнять функционал своего места.

Даша: «Теперь для меня очень многое прояснилось. Будто после многих лет полуслепоты мне сделали лазерную коррекцию зрения, и я четко увидела, что я делала неправильно. Обижалась на несправедливость жизни, на самых близких. И при этом не понимала, что сама себя привела в эту точку, и не видела выхода из нее. Теперь знаю, где мое настоящее место в системах с мужем, родителями, детьми и с другими людьми. Но меня беспокоит, что нет стабильного состояния, и меня временами будто отбрасывает назад. Потом я снова возвращаюсь на свое место, но эти откаты тяжело переживать. Почему так происходит? Неужели так будет всегда?»

Вы полностью получили дорожную карту и пошаговую инструкцию. Теперь вы, к примеру, не ругаете детей, которые вас зеркалят, а решаете вопрос, где вы с мамой потерялись. Если вы ругаете партнера, вы смотрите, какие истории произошли на работе или с клиентами. Вы понимаете, что «входящий трафик» совсем ни при чем. Теперь вы сами управляете своей жизнью и видите причинно-следственные связи.

> **Егор:** «На работе ни один проект не могу довести до конца. Конфликты, непонимания, недомолвки и перешептывания за спиной не дают мне покоя. Я не чувствую доверия со стороны коллектива, не вижу партнерских отношений с совладельцами бизнеса. Деньги улетают пока в трубу, вложения не отбиваются, все нервничают и смотрят на меня, как на того, кто должен принимать решение. А я не знаю, что делать. Я слышу только негатив в свой адрес, нападки, которым нет конца. И так в каждом вопросе».

На каждом шаге у вас возникали вопросы-блокираторы. Сейчас, я надеюсь, у вас есть на них ответы, а значит, и результат.



Если у вас есть зависимость «не могу», вы навсегда останетесь жертвой. А деньги есть в другом месте, где вы можете и знаете, как поступать.

Если вы находитесь в позиции «я сам», то у вас в жизни будет «все трудно».

Если вы находитесь в позиции «я хороший», то вы будете получать только слив энергии и обесценивание себя. А еще у вас будет неудовлетворение, что вы многое сделали, а вам не благодарны за это.

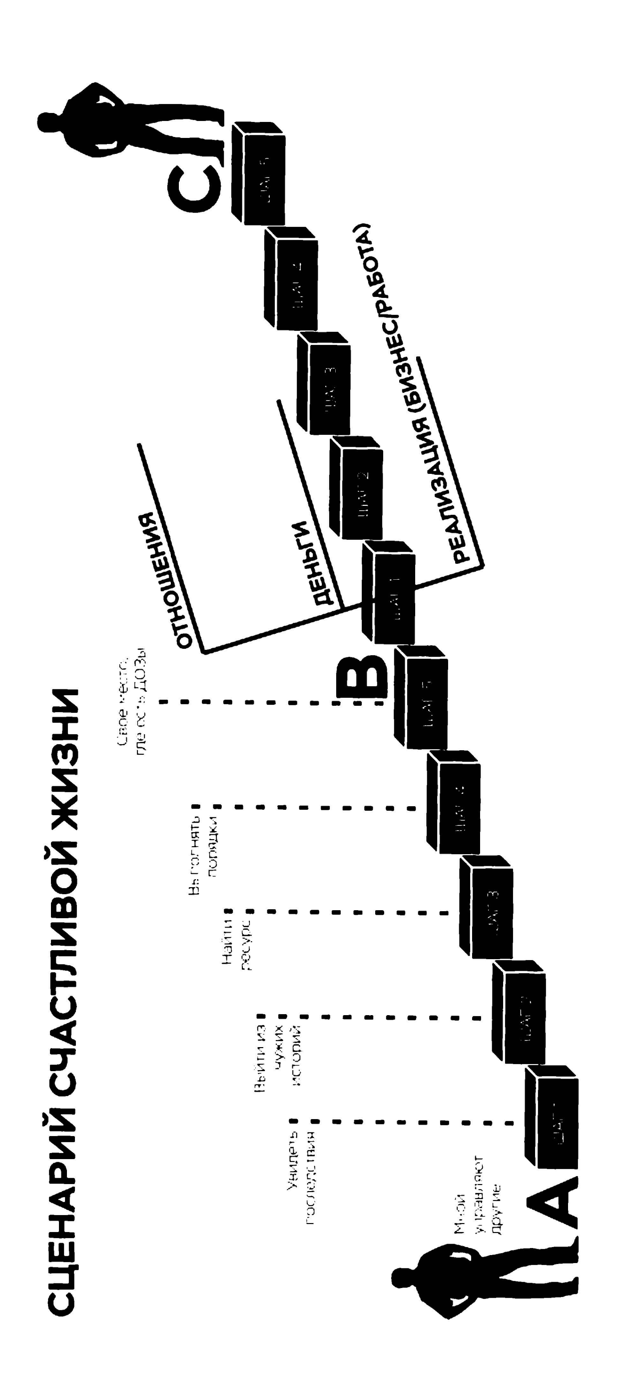
Если вы говорите: «я прав», то вы получаете состояние «жертва — агрессор». Рядом с вами всегда будет тот, кто более прав. И вы постоянно будете спорить, доказывать, нападать.

Если вы говорите, что теперь вы «все знаете» и пойдете всех изменять, то сразу же найдется тот, кто будет изменять вас. (См. ил. на с.163.)

Мы можем проходить эту эволюцию, а можем сразу идти из точки В в точку С. Так происходит, когда вы знаете свою роль и можете ее выполнять. Это не значит, что вы должны быть, как робот или машина. Здесь действует принцип: «Я хочу так жить», потому что вы знаете, какие бонусы и последствия вы получаете. В этом и разница. Вы пришли в этот мир кайфовать и быть счастливыми. И когда вы счастливы, тогда вы можете дальше улучшать свою жизнь. (См. ил на с. 164.)

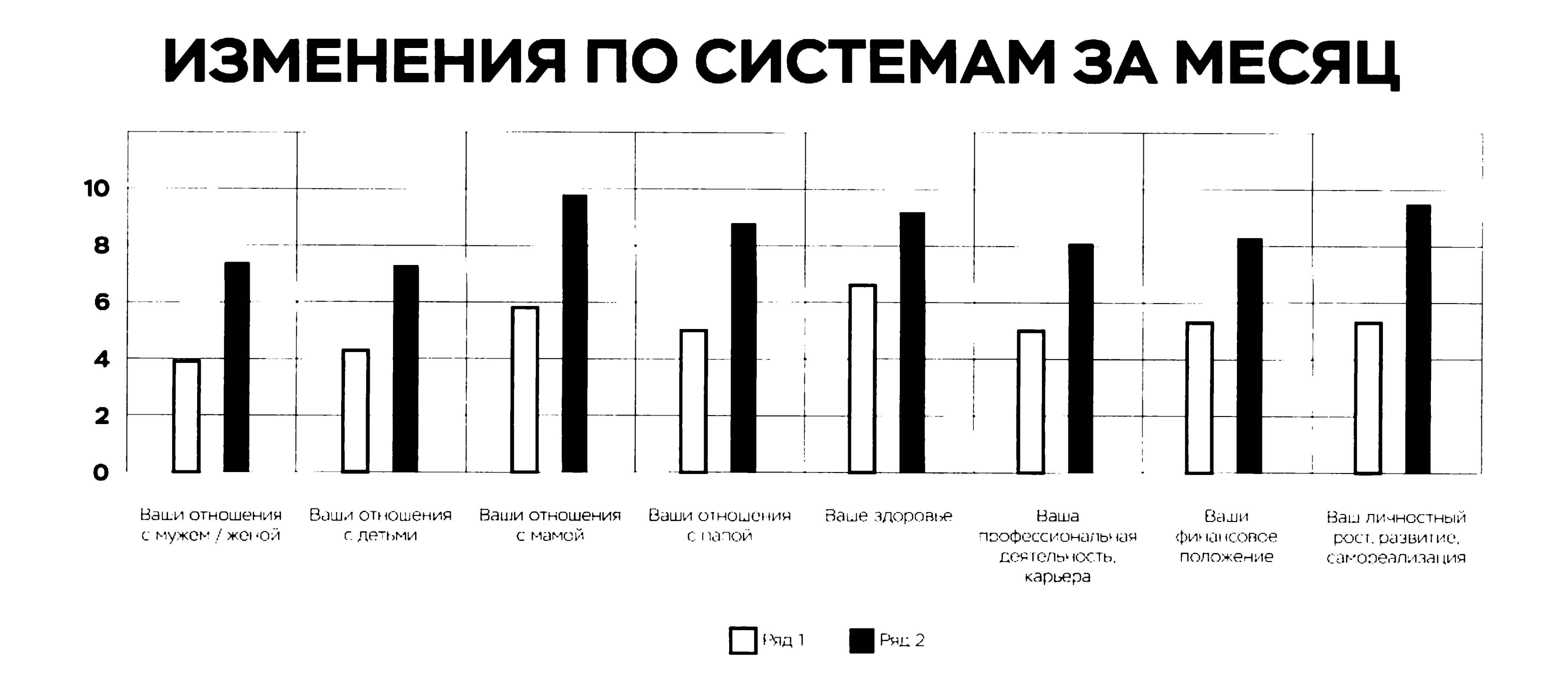
Теперь у вас есть ответ на каждый вопрос. И вы принимаете решение, куда идти дальше. Смотрите, каких результатов добиваются мои студенты. Там можете оказаться и вы. (Таблицы изменений по системам за месяц приведены на страницах 165-166.)

ПОЗИЦИЯ	ДЕЙСТВИЕ	ПОСЛЕДСТВИЕ	РОЛЬ
МЛАДЕНЕЦ **Я не знаю КАК**	**Не беру ответственность на себя**	В полной зависимости от родителей «Дай еще», «Ты должен ..», «Я не могу, потому что...» Результат - полное отсутствие ресурсов (денег, работы, жилья). Младенец по жизни.	**Младенец по жизни**
РЕБЕНОК **Я сам/сама**	**Я сам «Не лезьте»**	Не берем ресурс от родителей. Все дается очень трудно. Лунтики, отрезанные от ресурса. Состояние неудовлетворенности жизнью.	**Ребенок по жизни**
РЕБЕНОК **Я хороший/ая**	**Хорошесть «Лишь бы не расстроить»**	Предаю свои интересы. Не ценность себя. Отсутствие своей жизни. Жизнь положила на родителей. Поиск похвалы, одобрения, признания.	**Хороший ребенок для всех**
ПОДРОСТОК **Я лучше знаю КАК** **Я докажу**	**Спорю «Все несправедливо»**	Конкуренция. Постоянная борьба с мамой и папой. Важно доказать, что они не правы. Обостренное чувство справедливости, цель - мое слово последнее.	**Подросток по жизни**
ЮНОША **Я изменю**	**Манипуляция**	Переделываем родителей Конфликты, недовольства, ссоры. Мама для мамы/папы.	**Мама для мамы/папы**

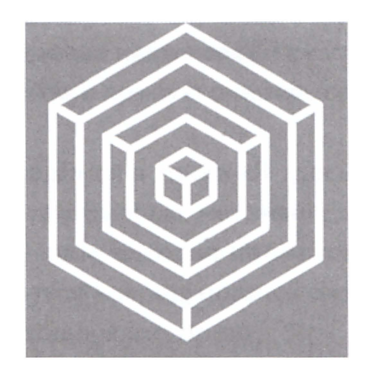

СЦЕНАРИЙ СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ
Мной управляют другие
Увидеть последствия
Выйти из чужих историй
Найти ресурс
порядки
Свое место, где есть ДОЗы
A
B
C
ОТНОШЕНИЯ
ДЕНЬГИ
РЕАЛИЗАЦИЯ (БИЗНЕС/РАБОТА)

ИЗМЕНЕНИЯ ПО СИСТЕМАМ ЗА МЕСЯЦ

№	СФЕРЫ	Стартовая анкета	После 5 урока
1	Ваши отношения с мужем / женой	3,9	7,4
2	Ваши отношения с детьми	4,3	7,3
3	Ваши отношения с мамой	5,8	9,8
4	Ваши отношения с папой	5	8,8
5	Ваше здоровье	6,6	9,2
6	Ваши профессиональная деятельность, карьера	5	8,1
7	Ваше финансовое положение	5,3	8,3
8	Ваши личностный рост, развитие, самореализация	5,3	9,5


ИЗМЕНЕНИЯ ПО СИСТЕМАМ ЗА МЕСЯЦ
10
8
6
4
2
0
Ваши отношения с мужем / женой
Ваши отношения с детьми
Ваши отношения с мамой
Ваши отношения с папой
Ваше здоровье
Ваша профессиональная деятельность, карьера
Ваши финансовое положение
Ваш личностный рост, развитие, самореализация
Ряд 1
Ряд 2

Глава 8
ТЕПЕРЬ Я ЛЮБЛЮ СЕБЯ. Я ТВОРЕЦ



Глава 8
ТЕПЕРЬ Я ЛЮБЛЮ СЕБЯ. Я ТВОРЕЦ

Если я спрошу, почему вы до сих пор не на своем месте и не получаете ДОЗы? И вы снова знаете ответ: СТРАШНО! Я понимаю. Но пока вы не выйдете из мифов и страхов, ничего не получится. В любом знании есть эволюция, и если вы хотите результатов, про которые я рассказываю, то вы можете их получить, выйдя в ресурс, заняв свое место в жизни и сформировав навык своей счастливой жизни. Именно в таком порядке. Выбирайте в первую очередь себя.

Прямо сейчас мы находимся в точке «Я здесь». Это то самое состояние своего места. Мы там бываем, мы знаем, как это ощущается. Но дальше при любой ситуации, которая происходит в этой точке, у нас вместо того, чтобы двигаться вперед, происходят откаты назад. Мы возвращаемся в какую-то прошлую историю.

Даша: «Когда мы были маленькие, мама не очень баловала нас с сестрой. Порой у нее совсем не было времени, и нам приходилось приглядывать друг за другом. Это было почетно, но страшно. Как будто у мамы не хватало на нас времени. Детьми мы не могли это понять. Когда я выросла и стала частью взрослой жизни, мы с Егором родили ребенка. Справиться с одним чадом не составляло труда. Когда Егор спросил про второго ребенка, я крепко задумалась. Ведь

страх не справиться и не уделить внимание второму ребенку в том объеме, в котором он заслуживает, преследовал меня на подсознательном уровне всегда. Вдруг я, как мама, буду способна только на половину дел? А детям останется делить половину моего внимания на двоих».

Изначально у нас уже было все по праву рождения: деньги, отношения, здоровье, положительные эмоции и радость. Но в какой-то момент мы, вместо того чтобы пойти вперед к жизни мечты, вдруг испытали страх или примерили опыт и улетели назад.

Тогда мы сейчас находимся в промежутке между А и В и ищем, как выйти из каждой истории. Нам важно соединиться с мамой и с папой и найти свое место, выйти из установок прошлого. НО СНАЧАЛА НУЖНО ОСОЗНАТЬ. Мы не должны искать, как выйти из точки А в точку В, а что нам мешает постоянно находиться в точке В. Потому что, если что-то нам мешает в старой истории, мы оттуда просто вылетаем.

Егор: «С первой женой Катей мы наломали кучу дров. Мы не знали, что такое нормальная семья, как в ней жить, и, самое главное, как ее построить. Перед глазами был только пример собственных родителей. Не особенно положительный. Катя постоянно предъявляла претензии, считала, что я должен стать ей больше отцом, чем мужем. А я устал от этого в доме родителей! Перед глазами стоял пример отца, который был не особо образцовым отцом, а уж мужем и подавно отвратительным. Мы с Катей даже не понимали, что решать во время ссор, просто не слышали друг друга. Разговаривали, как два человека с разных планет. У каждого была своя правда, и он отстаивал ее. В итоге испортили жизнь себе, так и не построив здоровых отношений».

Примите за аксиому, что вы уже здесь, и у вас уже есть свое место, потому что вы женщина или мужчина, и вы об этом знаете. А вот чего вы не знаете, так это как быть женщиной или мужчиной. Вы пришли в этот мир в своей роли. Если вы создали партнерские отношения, вы уже знаете, что вы муж или жена. Если у вас появились дети, вы уже знаете, что вы мама или папа. У вас в каждой системе есть это место. А когда вы не знаете, как себя вести на этом месте, вы автоматически берете чужие модели поведения и сценарии, не всегда позитивные.

Что мешает нам обрести уверенность и любовь к себе?

- предыдущий опыт;
- детская позиция;
- установки;
- страхи;
- взгляд чужими глазами;
- ощущение, что мы не на своем месте;
- неуверенность;
- оценка родителей;
- непринятие мамы и папы.

Кроме этих страхов, на нас сильно воздействует мнение общества. Все нам рассказывают, что надо стремиться к совершенству. Это ловушка мышления. Мы никогда не дойдем до конца. Нет предела.

ПОКА МЫ НЕ ПОЙМЕМ, ЧТО УЖЕ СОВЕРШЕННЫ, МЫ ТАК И БУДЕМ ВСЕ ВРЕМЯ ЧТО-ТО ИСКАТЬ.

Даша: «Меня постоянно терзают мысли, что я плохая мать, жена, неблагодарная дочь, несостоявшаяся женщина. Смотришь вокруг, в соцсетях: все такие идеальные, все везде успевают, еще и мужьям в бизнесе помогают. А я болтаюсь, как бесплатное приложение. Вот у Наташи все получается: трое детей, приусадебное хозяйство, любимый муж. Как ей это удается? Хочется узнать, как она добилась всего? Я, сколько ни стараюсь, где-то все равно бывает провал: в семье, в работе или в отношениях с детьми. Я понимаю, что идеальных людей нет, но так хочется быть поближе к верхней планке!»

Проверим. Ответьте себе, кто лучшая мама для ваших детей? Конечно, вы. А кто лучший ребенок для ваших родителей? Конечно, вы. Если в этих двух системах все на 100% совпало, то почему может что-то не совпасть в других? Почему вы не лучшая жена для своего мужа? Почему вы не лучший работник для своей работы? Это все ловушки мышления. Здесь не важны кровные связи, это принцип системы. Двойка в системе координат лучшая цифра на своем месте. Не пытайтесь отрицать очевидные вещи. Если мы находимся в какой-то системе, и если мы зачем-то туда зашли, то это ровно то место, где мы должны быть. Это самое лучшее для нас место, и другие люди не имеют к этому отношения.

Закон принадлежности этого мира гласит, что мы нужны этому миру такими, какими пришли. Если бы мы пришли другими, мы бы и нужны были другими. Это тот базовый порядок, который работает во всех системах. И пока мы будем это отрицать, мы будем все время застревать в каких-то историях. Если мы постоянно не выбираем

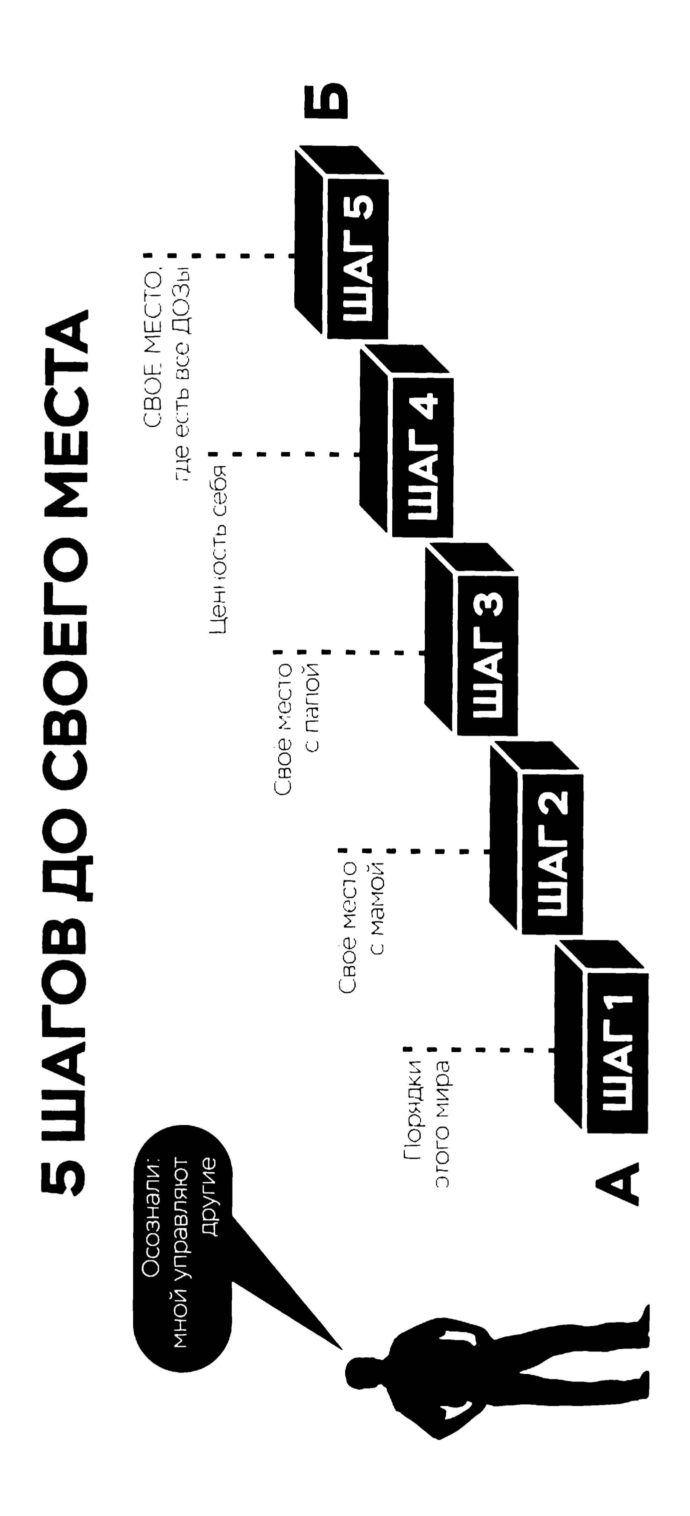
это знание и понимание, то у нас всегда будет опровержение этого. Просто нам забыли рассказать, что мы пришли в этот мир только такими, какие мы есть, потому что мы нужны этому миру именно такими.

Я думаю, что сейчас вы обрели уверенность в себе. Какие шаги вы прошли? (См. ил. на с. 174.)

Когда мы находимся в точке B, у нас уже есть понимание, как устроен этот мир.

Егор и Даша: «Вместе мы прошли долгий путь, полный обид, проблем и неурядиц. Мы часто были несправедливы друг к другу, требовали слишком много, ожидали каких-то "звезд с неба". А надо было просто быть собой и вести себя соответствующе. Теперь мы не стыдимся проявлять чувства на публике и при детях. Секс стал регулярным и ярким, как в первые годы знакомства. Мы не манипулируем друг другом и не даем советы окружающим. Это их жизнь и их решения, если им нравится там находиться, пусть делают, как хотят. Сестра Егора любит совершать покупки, несоразмерные с ее бюджетом. Ну и что! Это ее личное дело, она вольна делать со своей жизнью, что хочет. А мы либо принимаем ее такой, какая она есть, либо обсуждаем ее и получаем негативные эмоции, тратим свою энергию не в мирных целях. А у нас теперь ой как много своих целей!»

Если бы вопрос о ценности разбирался в самом начале, когда вы еще не осознавали, как работают системы и как все устроено, у вас было бы сейчас намного больше вопросов-блокираторов, чужих установок. А так вы воспринимаете все по-другому. Уверенность появляется из знания, как все работает, больше ниоткуда.



5 ШАГОВ ДО СВОЕГО МЕСТА
Осознали: мной управляют другие
А
Порядки этого мира
ШАГ 1
Свое место с мамой
ШАГ 2
Свое место с папой
ШАГ 3
Ценность себя
ШАГ 4
СВОЕ МЕСТО, где есть все ДОЗЫ
ШАГ 5
Б

На курсах я показываю своим студентам, как мы можем прийти в точку В. Но они сами принимают решение. Я рассказываю, как не застревать на каждой ступени по дороге к точке В.

ЧТОБЫ НЕ ЗАВИСНУТЬ В ПЕРВОЙ ТОЧКЕ — НУЖНО ПРИНЯТЬ МАМУ, ЧТОБЫ НЕ ЗАСТРЯТЬ В СЛЕДУЮЩЕЙ — НУЖНО ПРИНЯТЬ ПАПУ, ДАЛЬШЕ — НУЖНО УВИДЕТЬ МАМУ И ПАПУ КАК ПАРУ, ПОТОМ — НАДО ПЕРЕСТАТЬ ВСЕХ ОСУЖДАТЬ, ОЦЕНИВАТЬ. ТОГДА МОЖНО ВЫЙТИ ДАЛЬШЕ И ИЗБАВИТСЯ ОТ ПРИВЫЧЕК.

И мы с ними поэтапно проходим каждый шаг. Если кто-то до сих пор замешкался на каком-то шаге, например, в отношениях непринятия с мамой, или в каких-то претензиях к папе, то, зная все про маму и папу, человек уже может все изменить самостоятельно.

Егор: «Стал замечать, что негатив с моей стороны на работе влияет на отношения в семье. И наоборот, если есть домашние неурядицы, это обязательно отразится на работе. Подумал, подумал и пришел к выводу, что общее звено здесь — я. Что-то со мной не так, если вокруг все рушится и не получается. Только от меня зависит, какие последствия будут от тех или иных действий. Мои взаимоотношения со всеми вокруг напрямую связаны с моим внутренним состоянием, тем, что я транслирую в мир. Если это негатив — то обратно будет приходить только он. Причем будет распространяться на все сферы моей жизни».

Например, откат произошел из-за нарушений. Вы сегодня накричали на ребенка, слилась энергия, в итоге вы поругались с мужем. Запускаю-

щим механизмом была ссора с ребенком. В следующий раз, прежде чем кричать на ребенка, подумайте, хотите вы ругаться с мужем или нет. Вместо того чтобы открыть рот для крика, вы можете подойти и поцеловать его. Это только ваш выбор.

Почему в этом мире все так происходит?

У нас есть то, что мы имеем сейчас (точка А), есть свое место (точка В) и есть жизнь мечты (точка С). И у нас ничего не получается, если мы сразу из точки А идем в жизнь мечты. Если здесь в настоящем у нас нет подушки безопасности, нет работы, но мы хотим жить в доме на берегу океана, наш мозг говорит, что это невозможно. Поэтому мы даже не выйдем из точки А, ведь у нас нет понимания, как это сделать. Но мы точно можем жить жизнью нашей мечты, если у нас есть такие желания. Вопрос в том, как мы будем туда идти. Нам надо сначала сформировать состояние ресурса и навык быть счастливым. И из этого состояния идти в точку С. Тогда все работает. Пока мы идем в точку С из точки А, нам это трудно дается. А когда мы идем из точки В и нам все удается, тогда у нас есть понимание, как идти.

> **Егор:** «После тяжелых лет, пережитых мамой в разводе с отцом, после того, как я перестал бежать к ней по каждому зову, она стала, наконец, более собранной. Обрела интерес к жизни и перестала всех терроризировать. Даже сестра заметила, что мама напоминает ту приятную веселую женщину, которой она была много лет назад, пока папа жил с нами. Она стала навещать подруг, сидеть с нашими детьми и не требовать столько внимания, как раньше. У нее появилось хобби. Я не удивлюсь, что она — еще не старая женщина — возможно, снова выйдет замуж».

Давайте вспомним, где наш ресурс и как не сливать энергию?

Ресурс, конечно же, внутри нас. Нам не надо нигде подзаряжаться. Надо всего лишь научиться не сливать энергию. Как происходит слив энергии? Мы играем не свою роль, когда мы блокируем жизнь и когда идем против порядков в этом мире, когда находимся в конфликтах с родителями, проживаем чужие истории, не принимаем кого-то. Соответственно, если не делать всего этого, мы и не будем сливать энергию. Ресурс всегда есть, главное – его не сливать.

Ольга, подруга Даши: «Я замужем 10 лет. Муж старше на 19 лет, есть 2 ребенка (был 1-й аборт). Когда муж узнал, что ношу второго ребенка, был сначала в шоке, но я сказала, что рожу его. Сейчас настал момент, что с мужем отношения терпимые, но у меня затаилась обида на него за первый аборт и за то, что не поддержал в то время со 2-м ребенком. Он меня любит и детей любит, но я не могу отпустить те ситуации. На старшего ребенка 7-ми лет я постоянно срываюсь, он уже меня боится, депрессия после вторых родов (прошло 3,5 года). Я в ступоре, хочу счастливых детей, и головой понимаю, что неправа по отношению к старшему ребенку, но как будто щелкает что-то в голове!»

ФИЗИЧЕСКИ СЛИВ ЭНЕРГИИ ПРОИСХОДИТ ЧЕРЕЗ НЕГАТИВНЫЕ ЭМОЦИИ. ВЫ ТОЧНО ТАК ЖЕ МОЖЕТЕ РЕШИТЬ: БУДУТ ЭМОЦИИ УПРАВЛЯТЬ ВАМИ ИЛИ ВЫ БУДЕТЕ УПРАВЛЯТЬ ИМИ.

Если вы говорите, что эмоции даны природой и негативные эмоции нужно испытывать правильно, а не жить в них, то вы смотрите на мир через чьи-то убеждения.

ВСЕ НЕ ТАК.

В классификации эмоций есть много групп. Нам в данном контексте интересны так называемые перенятые чувства. Это чувства, неадекватные ситуации. Мы взяли их у себя из прошлого, у мамы или у папы. Мы смотрим, как реагировали на ситуации наши предки, и начинаем точно так же реагировать автоматически. Самый яркий пример это ситуация, когда ревность есть, а измены не было. Если вы едете за рулем и вас подрезали, вы можете остановиться и увидеть, что вы где-то нарушили правила, а можете остановиться, достать из машины клюшку, пойти и разбить соседнюю машину.

Даша: «Иногда мне кажется, что Егор только прикрывается походами к сыну, а сам до сих пор любит Катю. Да, у них ничего не вышло, они расстались по-плохому. Но спустя годы Егор вполне мог понять, в чем была проблема, и сейчас пожелать вернуться в ту семью. Там сын, там женщина, которая когда-то привлекала его во всех смыслах. У нее тоже не все отлично с новым мужем. Возможно, она тоже питает какие-то иллюзии относительно Егора. Или даже строит козни, чтобы заманить его лишний раз к себе. Уж я-то знаю, на что способны женщины. Надо быть начеку и обратить внимание на то, каким Егор приходит после посещения сына».

Неадекватные ситуации отрицательные эмоции — всегда показатель не своего места. Это значит, что вы:

- нарушили закон систем,
- ушли из своей роли,
- испытываете чувства с чужого места.

Представим, что есть вы и ваши системы. В системе у бабушки с дедушкой произошел какой-то конфликт, и бабушка теперь тихо ненавидит дедушку, а ваша мама ненавидит своего папу. Ваше базовое отношение к мужчинам

в этом случае — недоверие, непонимание, непринятие. Это чувство первоначально живет там, в системе бабушки и дедушки. Но вы, заходя в партнерство, будете это чувство испытывать, хотите вы того или нет. Если у другой вашей бабушки были потери детей, или дедушка не вернулся с войны, то какое чувство есть там? Это печаль, тоска, депрессия. В вашей системе вы будете испытывать то же самое. Но у вас они будут повторяться в отношениях с партнером, потому что первоначально у бабушек эти чувства были в отношениях с партнером. Нам не надо лезть в историю рода. Нам необходимо понимать, адекватны эти чувства относительно наших ситуаций или нет.

Даша: «Мама сформировала у меня стойкое убеждение, что все мужики — козлы. Отношения нужно строить с очень скромным, лучше некрасивым и непьющим человеком. Таким, чтобы ни одной бабе неповадно было его отвлечь от семьи. Мол, мужчины совершенно не думают головой, а только известным местом. Порой лучше остаться одной, чем тащить на себе всю жизнь детей и неугодного мужа. Мама старалась всеми силами удержать меня от встреч с ровесниками, лишь бы я не испытала разочарования. Неудивительно, что я до сих пор ощущаю отголоски тех увещеваний: никому нельзя доверять, он обманет тебя и бросит, он плохой и ненадежный. Как на основе этого я должна была строить нормальные отношения с мужчинами? В результате первый брак неудачный. Возможно, мой первый муж не был таким уж беспутным».

АДЕКВАТНОСТЬ — ЭТО ЕДИНСТВЕННОЕ СЛОВО, КОТОРОЕ МЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ ПРО ЭМОЦИИ. КОГДА НАШИ ЭМОЦИИ НЕАДЕКВАТНЫ СИТУАЦИИ, ТОГДА ОНИ НЕ НАШИ.

Если по отношению к детям у вас появляется чувство вины, но вы видите, что вы ни в чем не виноваты, значит — это не ваше чувство. Вы кормите и одеваете ребенка, значит — вы делаете все на 100%, вы самая лучшая мама. Откуда у вас чувство вины? Его не существует.

Егор: «Сын растет с другим отцом. Да, я навещаю его, стараюсь сделать по возможности все, что входит в мою задачу как отца. Но меня нет с ним рядом каждую минуту. Я не вижу его ежедневных достижений, радостей и горестей, побед и поражений. Это беспокоит меня. Приходящий папа, каким бы участливым и любящим он ни был, не сможет дать сыну должное воспитание. Сын навсегда запомнит, что папа не жил с ним, не укладывал ночью спать, не делал поделки в садик… А когда вырастет, еще больше затаит обиду, что папа выбрал не его, а новую семью, хотя это не так. Ведь я развелся не с ним, а с его матерью. Все мои действия подспудно продиктованы не только любовью к сыну, но и чувством вины. Я как будто поступил, как мой отец, и от этого гноблю себя еще сильнее. Мне кажется, Даша видит в этом что-то совсем другое, подозревает меня. Куда ни кинь — всюду клин».

Чувство вины, чувство долга — это все перенятые чувства из системы. Важно, чтобы вы поняли механизм: когда ваше чувство или эмоция неадекватны ситуации, это не ваше.

Если в вашей картине мира мама не должна кричать на ребенка, а вы взяли и накричали, значит, вы не справились в какой-то ситуации. Значит, вам надо поменять эту реакцию, и не кричать, а подойти и поцеловать его. Это механизм управления эмоциями.

А ВАМ НУЖНО СМЕНИТЬ ПАРАДИГМУ, ТОГДА ВЫ ВЕРНЕТЕСЬ НА СВОЕ МЕСТО И ПОЛУЧИТЕ ДОЗЫ. ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ НА СВОЕМ МЕСТЕ, В КОМПЛЕКТЕ.

Для примера возьмем ситуацию, когда муж кричит на детей. Почему он на самом деле это делает?

Есть вы, ваш муж и ваш ребенок, который состоит на 50% из вас и на 50% из мужа. У мужа есть своя система — семья. Допустим, что в вашей семье все с детьми общались без крика, а у мужа — все кричали на детей. И ваш муж вырос там, в семье со скандалами. И он вырос таким хорошим, самым лучшим мужем только потому, что у него в доме все кричали на детей. Он вырос в такой семье на 100%, и другого отношения он не знал, у него все так общались с детьми. И для вашего мужа такая система на 100% правильная.

А вы жили в своей семье и выросли хорошей, потому что на вас не кричали, и для вас это тоже было на 100% правильно. Ваш муж, такой — на 100% прав, и вы на 100% правы. И если вы не договорились, как воспитывать ребенка, не договорились о принципах в вашей семье, что в вашей семье не кричат, или в вашей семье по-другому реагируют, то бесполезно идти и перевоспитывать мужа, потому что он умеет только так и не понимает, как по-другому. Если бы он знал, как по-другому, он бы и вел себя по-другому, и вы точно так же. А если вы не знаете другого поведения, вы поступаете автоматически, что приводит к негативным последствиям. То есть, к потере ваших ДОЗ.

Чтобы строить счастливые отношения, нам нужно начать жить свою жизнь, а не просить партнера жить нашу жизнь и не говорить, каким он должен быть, и что его родные неправильные.

НО НАМ НЕВАЖНО, КАКИЕ СИСТЕМЫ ПРАВИЛЬНЫЕ, А КАКИЕ НЕПРАВИЛЬНЫЕ, НАМ ВАЖНО, КАКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ МЫ ПОЛУЧАЕМ, И КАК МЫ МОЖЕМ НЕ ТЕРЯТЬ НАШИ ДОЗЫ.

От того, что вы с мужем поиграете или в маму, или в ребенка, ничего не изменится. Муж как кричал на детей, так и будет кричать. От такого вашего поведения только вы потеряете, а муж будет жить в своей карти-

не мира воспитания детей. А когда вы перестанете так реагировать, тогда ваш муж и перестанет кричать на детей.

Как можно поступить по-другому, когда муж кричит на ребенка?

1. Обнять.
2. Уйти.
3. Поцеловать мужа.

Пожалеть ребенка тоже нельзя. Потому что тогда вы противопоставляете папу и ребенка. Бесполезно искать что-то в окружающих и рассказывать свою правду. Важно понять равенство наших правд. Вы и ваш муж на 100% правы одинаково.

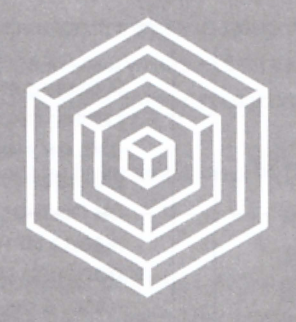
Этим миром вообще не предусмотрены отрицательные эмоции на своем месте. Это закон. Есть базовая цель системы продолжения жизни, и если мы в этой системе находимся на своем месте, то у нас есть деньги, отношения, здоровье, любовь, счастье, радость... Когда мы находимся в потоке, в счастливых эмоциях, в радости, то жизнь расширяется. Происходит движение к большему, движение к жизни. А если мы находимся в негативе, в печали, в тоске, в злости, в агрессии, то жизнь будет уменьшаться и уменьшаться.

Даша: «У нас есть друзья — семья Дашевских. Помимо такой аристократической фамилии, им достались, кажется, все блага этого мира. Виктор хорошо получает, ни в чем жене не отказывает, не изменяет, всегда нежно к ней относится, не показушничает. Их дом — полная чаша. Марина всегда улыбается, в хорошем настроении, никогда не сплетничает, не жалуется на мужа, не хвастается детьми. А дети действительно золотые. Учатся, занимаются спортом, редко болеют



Адекватность — это единственное слово, которое мы должны знать про эмоции. Когда наши эмоции неадекватны ситуации, тогда они не наши.





и не дают родителям повода волноваться попусту. Положа руку на сердце — зависть берет. Пусть белая, но сильная. Мне тоже хочется, чтобы все получалось, и я могла без задней мысли сказать: У меня все хорошо! Я счастлива!»

Мы научились выходить из систем и смотреть на них со стороны. Когда мы так смотрим, то понимаем, что, только когда мы находимся в положительных эмоциях, все расширяется. Если мы находимся в отрицательных эмоциях, мы блокируем жизнь, и жизнь будет забирать у нас все, что нам важно, чтобы мы, наконец, поняли, что нужно находиться в положительных эмоциях. На своем месте нет такой опции «отрицательные эмоции», там нет чувства долга и вины. И если у вас произошел эмоциональный сбой, значит, вы улетели на чужое место. Это была атака системы, но вы уже понимаете, как вернуться. Смогли 100 тысяч моих студентов, сможете и вы.

Я считаю Евгению гением!
Участие в её курсах навсегда изменило мою жизнь. Мне теперь не перевидеть •• что мир это многообразие систем и если я на своём месте, значит я иду по своему жизненному пути и по пути своего предназначения.
Я получила свою дорожную карту жизни и дальше мой выбор идти этим путём и жить в настоящем из факта или прыгать то в будущее, которого ещё нет, то в прошлое, которого уже нет.
А я выбираю настоящее!
Я выбираю новую счастливую реальность!

Я была занудной мамочкой и ребёнком со своим партнером. Я постоянно критиковал его, он меня во все раздражал, я постоянно злилась и хотела сделать наоборот. Затем он полностью меня зеркалил. Я требовала и ждала от него поддержки и признания, просила говорить мне, что я лучшая для него, а он возвращался в критику. Моим крутым открытием было то, что он не должен был этого делать. Мой папа уже выростил меня и признал, поддерживал меня! Я полноценна, у меня уже есть внутренний стержень!
Я полностью изменила своё отношение, и последний урок добавил мне новый навык вовремя себя останавливать, замедляться и менять свои годами наработанные негативные эмоции и реакции на положительные, оставляющие меня на СВОЁМ месте! Я ещё не волшебник, я только учусь. Но это огромный шаг! Мой партнёр тащит меня обратно в точку А, а я держусь! Мне нравится мое новое состояние...

А мама и папа в сердце - это бесценно! Мой запрос «дать любви течь к родителям» воплотился на 200%. Были и сложности непонимания моего и атаки системы, но ничто не ново, записываясь схематично и применяя знания теперь это кажется только моим невежеством. Удивительно, что не было запроса, но самооценка выросла, там где было все тонко перестроилось и стало крепким и понятным.

жаль, что раньше я этого не знала! 42 года жить чужими жизнями, чтобы быть хорошей! 20 лет в браке с мужем-сыном! ВСЕМ ВСЕГДА ВЕЗДЕ БЫЛА МАМОЙ!!! 🙂 Маме, папе, брату, родственникам мужей, мужьям, подругам, друзьям, коллегам, даже соседям! НИКОГДА НЕ БЫЛА ПРОСТО СОБОЙ! НЕ БЫЛА ЖЕНЩИНОЙ! НИКОГДА! Рыдала неделю! 😭😭😭 А теперь планировщик расписан поминутно. Жить-то как интересно, оказывается! Люблю Вас всем сердцем! Солнечной жизни Вам и Вашим близким! ❤❤❤

Как-то в моей жизни пошло все не так. Я не верила этому всему и пыталась бороться с обстоятельствами. Но двери как будто бы были закрыты.

Я почти уже смирилась, что я уже не так молода, чтобы мечтать. Хватит смеяться и улыбаться ты уже большая... Эта работа уже для молодых и более перспективных😏

Ожидания от курса не были заоблачными. Где-то я даже была скептиком.

Но Евгения перевернула мой мир с ног на голову. То, что я запуталась в ролях, я это поняла с бесплатных вебинаров и постов. Но что все так запущено и пора делать ноги из чужих жизней, это мне показала Женя 😱

Я ни на секунду не пожалела о том, что я здесь. Я не зря искала смысл в этой жизни. Я благодарна пандемии, как это ни странно. Этот период дал много времени на «подумать» и произошла встреча с Е. Павловской.

Конечно, впереди много ещё работы над собой. Но я теперь знаю как! Теперь нам все по плечу. Главное - я теперь знаю, что все в моих руках🙌

Самые важные изменения :
высокий уровень энергии в теле;
системность в практиках;
муж начал готовить, он не делал этого раньше и дарить подарки и мелкие приятные сюрпризы ежедневно даже в условиях карантина. в отношениях много страсти и понимание, что мы на своих местах;
начали приходить деньги."

Произошли колоссальные изменения
Поняла как часто в своей жизни я уходила со своего места
И, если раньше требовались годы и месяцы, чтобы система отреагировала и я осознала хоть что-то , то сейчас все происходит мгновенно
Ощущение, что прозрела и ответственность выросла за мои поступки
Я наконец-то выросла и ушла от детской позиции в жизни
Мир мой это мир честности и кристальной чистоты""""

Евгения, БЛАГОДАРЮ ВАС!!!
Настолько ценно то, что Вы дали всего за один месяц!
И суть морали проста и прекрасна🖤
Теперь я стою крепко на ногах, а главное здесь и сейчас! В моем сердце и в большой любви есть мои мама и папа - нет во мне больше дыр и жизнь не будет прежней)))

Марафон проходил для меня под девизом шаг вперед и два назад)) я не могу сейчас сказать что моя жизнь поделилась на до и после, но то как я мыслю, что чувствую и что делаю это однозначно как небо и земля.
Самыми важными изменениями стали отношения с мужем, мамой и папой. Это не конец, еще есть над чем работать, но я уверенна что все будет как надо)

У меня есть всё, чтобы быть здоровой, счастливой и финансово благополучной. Надо немного убрать ненужных установок, гипер-ответсвенности за всех на свете, и занять свои роли рядом с каждым близким для меня человеком!☕🧎✨
Благодарю, Евгения, за Ваши прямы эфиры! Вы мне помогли понять, где мои ошибки и как их можно исправить. А ещё очень захотелось на Ваш живой мастер-класс. Буду верить, что смогу попасть на него в следующем году!✨🧎

У меня произошли изменения в отношениях с ребенком они вышли на сверх уровень общения. Мы стали много общаться и она стала мне доверять.
С женой выстроились хорошие партнерские отношения нет обид и претензий друг к другу. Она говорит, что очень счастлива сейчас как никогда, для меня это показатель того, что я сам стал меняться и хоть немного выполнять роль Мужа. В бизнесе произошли заметные сдвиги.

Мне удалось, как мне кажется, встать на своё место с родителями и ощутить силу рода. Осознать, что мы все на 💯% лучшие друг для друга.

Произошла ценность опыта. Впервые не с позиции с выше, где я всех всегда благодарила или ругала, а с позиции, "Благодаря тому.....", очень прочувствовалась сила на своём месте.

Теперь, не впадая в прежние уныния, мысленно оставаясь на своём месте, и действуя из взрослой позиции (теперь уже умею 😇), делаю поступательно всё, что-бы изменить ситуацию.

Прописала алгоритм выхода из проблематичной ситуации, и иду по стрелочке 😇, а раньше бы я сама заваливалась в детскую позицию и хотела бы, что-бы меня жалели, помогали и решали вопросы

В начале курса я была ребенком во многих системах. Маленьким, обиженным, капризным ребенком.

По прошествии курса я обрела качества и навыки взрослого человека, появилось уважение к партнеру, уважение к его интересам и жизни.

Пришло четкое понимание, что у каждого своя правильная система ценностей. Пришло понимание, что "все не так как кажется".
Одним из ярких инсайтов, которые я получила, это то,
☑️что главное - доверие: к миру, к жизни, к родителям, к партнеру и т.д.,
☑️что никто не желает мне зла, никто не хочет меня обидеть,
☑️мир и люди-ангелы просто подсказывают мне как сделать мою жизнь лучше.

Самое ценное для меня - это то , что наладились отношения с сыном , если сказать точно - отношения засияли я теперь смотрю на него своими глазами!!! Я приняла маму и папу в сердце, появилось ощущение целостности себя и я ощутила в себе силу своего рода и это для меня великие сокровища

Раньше я искала вторую половинку в мужчине! И притягивала таких же поломанных, половинок

После курса Жени, я поняла, что была сама половинкой, потому что в сердце была огромная дыра!
Когда я приняла маму и папу в себе!
Сердце начало гореть от любви!
Я целая и теперь я притяну такого же целого и наполненного мужчину
Просто люблю вас всем своим огромным сердцем

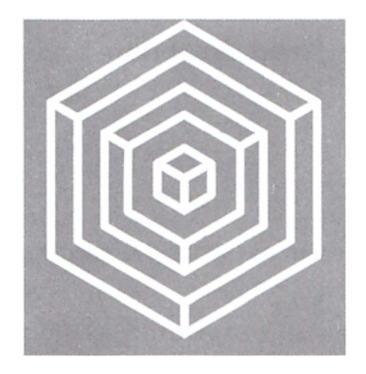
Я чувствую, как ко мне вернулась Жизнь!
У меня много энергии
Встаю с радостью.
Сняла квартиру мечты и каждое утро дышу морем.
Чувство благодарности к себе, людям, Евгении за знания.
С радостью делаю себе подарки, забочусь о себе и искренне помогаю жить самой себе красиво и в позитиве

Была мамой для мамы, всегда защищала ее от папы и винила себя и папу, что не уберегла ее. Ушла печаль от ее ухода, хотя прошло уже 11 лет. Чувствую ее любовь ко мне глубоко внутри себя.

Смотрела на папу мамиными глазами и осуждала. После первой медитации на воссоединение проплакалась от души. Глубоко легло на сердце воссоединение мамы и папы как счастливой пары и нас вместе как счастливой семьи

Увидела папу как самого лучшего для меня отца и чувствую глубокую благодарность за признание и защиту

Заключение



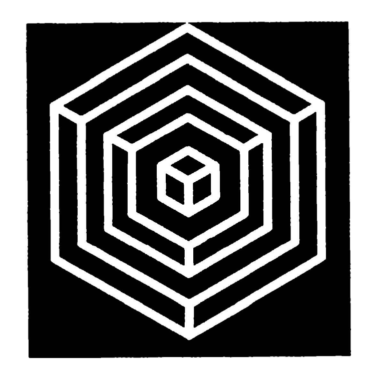
Заключение

Все мы живем в системах. Все системы между собой взаимосвязаны, мы являемся элементами каждой отдельной системы. Если в одной вы что-то делаете не так, то в другой системе у вас сразу же приходит неприятная «обратка». Вот в чем состоит язык систем. Это знание дает вам возможность стать другим человеком — мастером своей жизни. Нам больше ничего не надо в этом мире знать, мы выучили язык, и все время применяем его в жизни.

- Наши родители счастливы и благословляют нас.
- Наши партнеры идеальны, потому что мы выбрали их.
- Наши дети растут и радуют нас, потому что мы — те самые родители.
- Наше место в жизни занято, потому что мы именно там, где должны быть.
- Мы идем вперед к жизни своей мечты.

Вы понимаете теперь, где находится ваша удача? Вы видите, что вы богатый, счастливый и ресурсный человек, но почему-то не хотите так жить. Используйте свою формулу удачи. Теперь можно. Ведь на самом деле все просто, легко и красиво.

Приложения



ЧЕК-ЛИСТЫ

Проверьте по чек-листам ваше состояние на данную минуту.

ОТНОШЕНИЯ С СОБОЙ:

1. Появилось гармоничное состояние;
2. Ушло чувство вины и стыда;
3. Ушло осуждение;
4. Ощущение твердой опоры внутри себя;
5. Появилось доверие к себе;
6. Стало легко получать многое;
7. Ушло игнорирование себя;
8. Стали получать неожиданные подарки;
9. На все появляется время;
10. Ушла неуверенность;

11. Пришло осознание, что только я несу ответственность за свою жизнь;
12. Внутри появилась опора на себя и осознание своей ценности;
13. Чувство благодарности за то, что уже есть;
14. Появилось наслаждение временем;
15. Начали происходить чудеса в жизни;
16. Научились видеть любовь к себе;
17. Стали спокойнее;
18. Появилось везение – получаю то, чего не ожидаю;
19. Научились видеть любовь других людей;
20. Перестали смотреть «мамиными глазами»;
21. Ушел страх, осуждение, оценка;
22. Перестали спорить.

Если многое откликается, значит, у вас идут изменения. Если нет, то вы просто диагностировали вопрос, и показатели со временем подтянутся.

ОТНОШЕНИЯ С ПАРТНЕРОМ:

1. Пришло понимание почему нет партнера;
2. Стали видеть своего партнера;

3. Появилось желание делать приятное партнеру;

4. Ушли раздражение, обида и претензии к партнеру, прекратились наши конфликты;

5. Стали с партнером проводить с партнером больше времени;

6. Появилось уважение к партнеру;

7. Появилось сексуальное желание;

8. Появилось желание родить ребенка от своего партнера;

9. Ушло желание воспитывать и переделывать партнера;

10. Появилось внутреннее согласие с его методами воспитания детей;

11. Увидели партнера таким, каким он был в начале наших отношений;

12. Ушел страх измены и ревность;

13. Улучшилось взаимопонимание между нами;

14. Все чаще думаете о том, что еще можете сделать для своего партнера.

ОТНОШЕНИЯ С ДЕТЬМИ:

1. Поняли причину, почему не получалось иметь ребенка;

2. Появилось желание иметь детей;

3. Уменьшились конфликты в отношениях с детьми;

4. Появилась безусловная любовь к детям;
5. Ушли вина и чувство долга;
6. Дети сами начали проявлять положительные эмоции и тянутся к вам;
7. Видите в детях продолжение себя, своего рода и рода жены;
8. Дети дружно общаются друг с другом;
9. Дали больше свободы детям, они стали самостоятельными;
10. Стали «отпускать» детей.

ЧЕК-ЛИСТ «НЕ СВОЕГО МЕСТА В ЖИЗНИ»

1. Нахожусь не в ресурсе, в подавленном состоянии;
2. Раздражаюсь, испытываю негативные эмоции;
3. Чувствую упадок сил;
4. Появляются проблемы со здоровьем;
5. Хочу всех учить, ставить на место, критиковать;
6. Дети хамят, саботируют, не делают то, что нужно;
7. Не хватает времени, спешу, ничего не успеваю;
8. Ухожу в виртуальный мир (фильмы, книги) и начинаю «проживать» жизни и эмоции героев.

ЧЕК-ЛИСТ «ДЕТСКОЙ ПОЗИЦИИ»

1. Страх ошибки;
2. Неуверенность;
3. Желание быть хорошей;
4. Чувство вины;
5. Обиды;
6. Ожидания;
7. Обвинение;
8. Несогласие;
9. Претензии к родителям.

Я НА СВОЕМ МЕСТЕ В ЖИЗНИ, КОГДА:

1. Чувствую крылья за спиной и ощущение полета;
2. Ничего не раздражает;
3. Чувствую свое тело, легкость в теле;
4. Нахожусь в потоке;
5. Чувствую единение тела и духа;
6. Ощущаю кайф от жизни и от себя;

7. Постоянно приходят мысли про жизнь;

8. Получаю ДОЗы;

9. Нахожусь во взрослой позиции.

ЧЕК-ЛИСТ «НЕ СВОЕ МЕСТО С РОДИТЕЛЯМИ»

1. Есть желание заботиться о родителях, беспокойство о их судьбе, чувство «они сами не справятся»;

2. Есть чувство долга по отношению к родителям;

3. Есть чувство вины перед родителями;

4. Тревога за их жизнь и здоровье;

5. Проявляете позиция «я лучше знаю» по отношению к родителям;

6. Испытываете сложности в отношениях с партнером и детьми;

7. У вас нет любимого дела и успехов в бизнесе/работе;

8. Есть желание что-то доказать родителям;

9. Ищите признания, поощрения, похвалы у партнера, детей, друзей, коллег, на работе и в бизнесе;

10. Вы проявляете недовольство правилами систем;

11. Вы критикуете начальство, государство, всех, кто выше в иерархии;

12. Испытываете обостренное чувство справедливости, неприятие предательства и ошибок других;

13. Испытываете по отношению к себе самоедство и самокритику;

14. Не принимаете, не любите себя;

15. Постоянно возникает.

ЧЕК-ЛИСТ СВОЕГО МЕСТА МАМЫ С СЫНОМ (ДО 18 ЛЕТ)

1. Мама находится на своем месте в системе «Мама и сын», если:

2. Сын слышит маму и реагирует на ее просьбы;

3. Сын рассказывает маме о том, что с ним происходит;

4. Сам без напоминаний выполняет свои домашние обязанности;

5. Делает самостоятельно домашние задания;

6. Успешно и с удовольствие учится;

7. По возрасту общителен и интересуется разными сферами жизни;

8. Проводит с удовольствием время с папой;

9. У сына с отцом есть общие интересы и дела;

10. Спокоен, уравновешен, жизнерадостен;

11. Не болеет;

12. Знакомит маму со своими друзьями и подругами;

13. Не проявляет истерик, капризов, не манипулирует;

14. С равным уважением общается с бабушками и дедушками мамы и папы;

15. Сам отслеживает свой распорядок дня, планирует и везде успевает (согласно возрасту);

16. Может самостоятельно заниматься своими делами, не добиваясь внимания мамы.

ЧЕК-ЛИСТ СВОЕГО МЕСТА С ДОЧКОЙ (ДО 18 ЛЕТ)

1. Мама находится на своем месте в системе «Мама и дочка», если:

2. Дочка слышит маму и реагирует на ее просьбы;

3. Дочка рассказывает маме о том, что с ней происходит;

4. Сама без напоминаний выполняет свои домашние обязанности;

5. Делает самостоятельно домашние задания;

6. Успешно и с удовольствием учится;

7. По возрасту общительна и интересуется разными сферами жизни;

8. Проводит с удовольствием время с папой;

9. У дочки с мамой есть свои интересы и дела;

10. Девочка спокойна, уравновешена, жизнерадостная;

11. Не болеет;

12. Знакомит маму со своими друзьями и подругами;

13. Не проявляет истерик, капризов, не манипулирует;

14. С равным уважением общается с бабушками и дедушками (родителями мамы и папы);

15. Сама отслеживает свой распорядок дня, планирует и везде успевает (согласно возрасту);

16. Может самостоятельно заниматься своими делами, не добиваясь внимания мамы.

#СЛЕНГПАВЛОВСКОЙ

«ЯЗЫК СИСТЕМ»

Мы его как раз и изучаем в моей методике. Это то, с помощью чего человек разговаривает с Системой. Возьмем для примера алфавит. Каждый в школе его учил. Чтобы грамотно разговаривать и научиться читать, необходимо сначала изучить буквы, а только потом соединять их в слова.

С системами, в которых мы живем, точно так же: сначала мы учим то, из чего состоит система, какие порядки в ней действуют, как добиться чего-то в ней. И как только мы знаем и понимаем все элементы, тогда мы можем начать действовать в системах так, как хочется нам, и получать только то, что хочется.

«ВХОДЯЩИЙ ТРАФИК»

Это люди, ситуации, условия, которые пришли к нам что-то показать. Поэтому всех, кто приходит в нашу жизнь, называют «люди-ангелы».

«ЛЮДИ-АНГЕЛЫ»

Все люди, которые приходят в нашу жизнь и создают какие-либо ситуации. Это могут быть любые моменты жизни, которые что-то изменили или привнесли в вашу жизнь. Это то, что привело вас туда, где вы есть сейчас.

«ВОПРОСЫ-БЛОКИРАТОРЫ»

Вопросы, которые возникают в процессе изучения нового материала по любой теме, тянущие вас назад, к старому, привычному. Они мешают мозгу воспринимать новое и правильное, потому что в «старом болоте» хорошо и уютно.

«ПОЛЕ РАДОСТИ/ПОЛЕ СТРАДАНИЙ»

Если мы живем по какой-либо установке или нами управляет кака-я-либо негативная история, ситуация, то выбор поля, в каком мы хотим жить, всегда только за нами.

Поле радости — там, где все удается и есть базовый пакет опций: Деньги, Отношения, Здоровье.

Поле страданий — обратная сторона Поля радости. Там, где базовый пакет не работает, ничего не получается.

«ПОЛЕ МЕРТВЫХ»

Когда мы в своей жизни начинаем путать роли (переходим на место мамы для мамы, мамы для бабушки), то мы автоматически уходим со своего места и зачастую переходим уже на неживые места.

Даже если они и живые, то для нас они являются «мертвыми» местами.

«МАМА ДЛЯ МУЖА/ПАПА ДЛЯ ЖЕНЫ»

Это значит, что в какой-то момент мы ушли со своего места супруга или супруги и начали воспитывать, учить, ругаться, шантажировать, манипулировать и делать все то, что не предназначено для роли партнеров. В этот момент мы начинаем выполнять функции Мамы, а с родителями «не спят».

«СКОЛЬКО ЖИЗНЕЙ У ТЕБЯ ЕСТЬ?»

Люблю говорить эту фразу студентам, когда вижу, что их силы и энергия уходят совсем не на свою жизнь... Так сколько жизней у нас есть? Есть ли у нас время на страдания, на жизнь в прошлом или в будущем? На то, чтобы проживать не свою жизнь?

«ЛУНТИК»

Человек, который упал с Луны, а не произошел от мамы и папы в существующем инфополе.

«КТО ХОЗЯИН В ТВОЕМ ТЕЛЕ?»

Это о тех действиях, которых мы не осознаем. То, что доведено до автоматизма и не отслеживается нами. Вредные привычки, реакции, эмоции, установки.

«ВМЕСТО КОГО ТЫ ЭТО ДЕЛАЕШЬ»

Когда мы начинаем делать то, что не приносит удовольствия, или то, чего бы нам на самом деле хотелось — можно спросить у себя: «А вместо кого или для кого ты это сейчас делаешь?»

«РЕКА ЖИЗНИ»

Есть источник жизни (для каждого человека свой). Река — процесс передачи этой жизни, этой энергии из поколения в поколения.

«ПАКЕТ ОПЦИЙ»

Это то, что принадлежит каждому человеку по праву рождения. Все то, что позволяет каждому человеку чувствовать себя счастливым, стремиться к своим целям и жить свою жизнь: Деньги, Отношения, Здоровье.

«В ОДНОЙ СИСТЕМЕ ОДНА РОЛЬ»

Это базовый факт, на котором основана авторская технология Евгении Павловской «Жить Свою Жизнь». Например, в системе «Вы и партнер» можно занять только одну роль — роль супруга/супруги. И, соответственно, занимая рядом с партнером какие-то другие роли, вы нарушаете порядок в системе.

«ДОЛЖНОСТНАЯ ИНСТРУКЦИЯ РОЛИ»

Это базовый факт: у любой роли в системе есть встроенная инструкция (или инстинкт), выполняя которую мы начинаем жить свою жизнь.

Посмотрите на человеческий организм. Печень не может играть какую-либо роль в системе организма, кроме своей — роли печени, с определенным функционалом и набором обязанностей. Так же и в любой другой системе.

«МАМИНЫ ГЛАЗА»

Призма, через которую мы смотрим на ситуации в жизни, на людей: папу, маму, мужа, жену, детей, друзей, коллег — на всё и всех! Если мы не находимся на своем месте, в своей целостности, не приобрели свой взгляд на мир, а стоим на месте своей мамы и воспринимаем мир через ее взгляд.

«МАМА ДЛЯ МАМЫ, МАМА ДЛЯ ПАПЫ»

Бабушка. На ее месте мы оказываемся, когда уходим со своего места, осуждая, воспитывая, заботясь о родителях. Когда учим их, контролируем, когда знаем, как им лучше питаться, лечиться, отдыхать, жить, зарабатывать деньги, тратить их.

«С ДЕТЬМИ НЕ СПЯТ»

Это факт и следствие путаницы ролей в партнерской системе. Когда один из партнеров уходит в детскую позицию, не выполняет свои функциональные обязанности — мужа или жены — другому ничего не остается, как искать равного себе, — так появляются любовники или любовницы.

«С МАМОЙ НЕ СПЯТ»

Это тоже факт и участь партнера, который перепутал свою роль в партнерской системе, — неважно, муж это или жена. Когда мы уходим со своего места супруги или супруга выше в иерархии, сразу же оказываемся на роли мамы для партнера. А секс с мамой невозможен…

«ДАТЬ ИМЯ КАЖДОЙ СВОЕЙ ЧАСТИ»

Необходимый процесс, который помогает идентифицировать свои внутренние части, изучить особенности каждой из них, оценить их сильные стороны и управлять ими в повседневной жизни.

«ИДИ ПО СТРЕЛОЧКЕ»

Крылатая фраза, которая указывает путь, где есть решение для той или иной ситуации.

«ВСЕ УМРУТ»

Так звучит универсальный ответ на любой общий вопрос, адресованный мне.

«ВСЕ НЕ ТАК!»

...как вы себе придумали. Отрезвляющая фраза в ответ на истории о тяжелом детстве, жалобы на родителей, попытки пострадать и повернуть ситуацию в свою пользу.

«ДЕТЯМ ДЕНЬГИ НЕ НУЖНЫ»

Факт, который красноречиво объясняет сложности и проблемы с деньгами у взрослых, которые ушли из своей роли в детскую позицию.

«ПРИНИМАТЬ ИСКЛЮЧЕННЫХ 3 РАЗА В ДЕНЬ — НА ЗАВТРАК, ОБЕД И УЖИН»

Упражнение на проработку пустых мест в системе, где можем оказаться сами в любой момент, повторяя жизненный сценарий исключенного.

«ВСТАНЬ И ИДИ!»

Крылатая фраза, понятная всем, кто познакомится с технологией «Жить свою жизнь». Здесь главное — двигаться! Это свойство Живого.

И только если мы двигаемся, мы живем.

«С МЕСТА СВЕКРОВИ ДЕЛАТЬ ДЕЛА БЕСПОЛЕЗНО»

Если только вы не хотите прокачать себя в роли свекрови. Во всех остальных случаях это неблагодарное дело и не принесет результата, особенно для роли Жены, Женщины, Мамы.

«КОГДА ТЫ СМОТРИШЬ В СИЛУ ПАРТНЕРА, ТО ОН ВЫРАСТЕТ»

Секрет, который помогает сохранять партнерские отношения и возвращает в свою роль супругу или супруга, если вдруг они ушли в детскую позицию.

«У МЕНЯ ТАКАЯ КАРМА. Я ПО ГОРОСКОПУ СЛОН»

Так говорят те, кто вдруг решил «списать» свое поведение на независящие от него обстоятельства.

Истории моих студентов

Татьяна В.

БЫЛО

Я постоянно ощущала острую нехватку свободы и личного пространства. Состояние такое, словно я не использую свой потенциал, ленюсь, откладываю жизнь на потом, не живу жизнью мечты, а только мечтаю! Очень много сил и времени уходило на то, чтобы делать все супертщательно, досконально подходить ко всему. Состояние, что недостаточно хорошо сделала, что могла намного лучше, но не сделала. И как остановить это — не знаю. Что только с собой ни делала, результат временный!

С 19 лет занимаюсь духовным ростом, работаю над собой, но никак не могу себя простить за то, что не помогла двум людям, их давно нет уже в живых. Чувство вины не уходило, а тяжким грузом висело на мне.

Люблю своего партнера. Он самый важный, родной и любимый человек в моей жизни. Моя первая и единственная любовь. Но в возрасте 21 года я поняла, что отношения слишком обременительны. Я с двенадцати лет сирота. Давно поняла для себя, что люблю свободу и приключения и до встречи с супругом всегда выбирала их.

Посещают мысли уехать из страны, т.к. докучают родственники с папиной стороны. Да и вообще внимание окружающих поднадоело. Но не могу так поступить с любимым человеком.

От партнера хочу больше автономности, глубины, осознанности. Но люблю я и его, и свободу! Детей нет и не хочется.

Хочу много зарабатывать, но не знаю, чем конкретно мне заниматься. Работать на себя. Хочется больших масштабов, которые бы приносили удовлетворение и самореализацию.

Цель — простить себя.

СТАЛО

В моей жизни теперь гораздо больше любви, радости, гармонии, энергии и счастья. Больше уважения к окружающим, больше результатов по моим практикам. Фокус внимания – только на мои системы! И еще у меня усилилась суперспособность: «медитировать где угодно и когда угодно». Я стала быстрее делать дела. Приняла установку, что «Все равны и Великие». Если нарушаю это правило, тут же себя одергиваю и возвращаюсь на свое место! Начала видеть свои «выходы».

Теперь я хвалю себя, концентрируюсь на своих достижениях и благодарю себя за свои труды! Конечно, мне еще трудиться и трудиться в этом направлении.

С каждым выполненным заданием «Фокус на свою жизнь» становится четче! Четче вижу свои ошибки, работаю над устранением. Сейчас внутри гармония и любовь, я созерцаю!

Вопросы-блокираторы и страхи записываю в тетрадь и стараюсь выбросить этот мусор из головы.

Все меняется в лучшую сторону. Теперь я никого не исключаю, а с теми, с кем мне неинтересно, я просто реже общаюсь и отвечаю: «У меня самые прекрасные на свете родители, а я самая прекрасная их дочь!» Наслаждаюсь этим и закрепляю навык!

Теперь только любовь и принятие к мамочке! Она Великая! Я ее очень люблю!

Папочка – моя самая большая любовь! Я чувствую, что папочка рядом со мной и что он меня любит! Надеюсь, это не самообман, но мне так радостно, тепло, уютно! До учебы думала, что папочка меня не принимает из-за того, что мне другие люди говорили, что я плохая. И я подумала, что папочка на меня смотрит с небес и тоже так думает.

Мамочка и папочка в сердце – эта такая неземная любовь и счастье!

Учусь быть в состоянии осознанности, в «Здесь и Сейчас». Когда получается, такое счастье испытываю!

С супругом наслаждаемся нашими отношениями, идем к нашим целям, любим друг друга. Он самый важный, родной и любимый человек в моей жизни. Моя первая и единственная любовь.

Мое утро началось с сообщения о зачислении денежных средств – люблю такое начало!

Мои любимые ценные бумаги окупили марафон за один месяц. Осваиваю новую стратегию, на очереди еще одна. Я такой деловой человек, суммы меня очень впечатляют, хотя еще впереди сделки с ценными бумагами в этом месяце.

Атаки служат для того, чтоб я была на своем месте. Но я теперь справляюсь и четко перехожу к своей роли.

Рада приветствовать себя любимую. Я вернулась и отныне буду о себе заботиться!

Ольга К.

БЫЛО

Периодически ловила себя на страхе или на обиде (занимала детскую позицию). Еще были детские травмы.

Прежним отношениям с мамой было свойственно раздражение, страх, беспокойство за нее и, конечно, стыд.

Смотрела на папу чужими глазами.

С партнером постоянно присутствовали обиды, критика. Не было равной взрослой позиции. Я не верила в него, просто не знала, как это сделать.

С сыном — обиды (в детской позиции), негативные (перенятые) эмоции. Он постоянно меня зеркалит.

Пока нет своих денег. Все, что есть, зарабатывает муж (уже на протяжении 12 лет). При этом денег вполне хватает. Муж не против, чтобы только он зарабатывал, а я занималась с детьми (сын 6,5 лет и дочь 3,5 месяца). Но я хочу тоже участвовать в заработке денег. Пока не работаю, занимаюсь малышкой.

Цель: выработать навык осознанного проживания базовых ролей — женщины, жены, мамы.

СТАЛО

Выросла моя осознанность. Состояние спокойствия, радости и внутренней гармонии. Появилась уверенность, ценность, все чаще выбираю себя, ощущаю себя очень комфортно — это очень подходящее слово. Внутри есть желание.

Сегодня анализировала и поняла, что я очень изменилась и даже не помню и не представляю, как я жила раньше. Есть ощущение счастья и ощущение, что я двигаюсь в правильном направлении.

Главный вывод из обучения — в любой непонятной ситуации делай дела на роли! Еще случаются случаи атак систем, но все легче из этого выходить и возвращаться в свое комфортное внутреннее состояние.

На изменение отношений с партнером повлияло и то, что я параллельно прохожу курс «Мужчина и Женщина». Изменения, конечно, огромные. Осознаю себя, когда впадаю в детскую позицию в отношениях с партнером. Учусь видеть в нем силу: и из этой позиции верю и доверяю ему полностью.

Муж говорит комплименты, стали много общаться, обсуждать планы (чего уже давно не было), муж обнимает постоянно, появился секс, флирт. Муж стал читать книги по развитию, делиться мыслями. Это так здорово!

Папа стал сам говорить: «Ты звони мне почаще!» Раньше такое даже трудно представить было.

По отношению к маме наконец пришло внутреннее тепло, стала легче ее воспринимать. Продолжаю делать медитации по наполнению своей детской части. Если раньше вздрагивала, когда она звонила и я не хотела брать трубку, то сейчас ощущаю тепло внутри и как будто я сбросила груз вины и стала воздушной.

Стала больше уделять внимания сыну. Давно уже мы с ним просто вместе не играли. Стала читать с ним перед сном. Практически всегда спокойно убираю игрушки, а раньше бесилась по поводу, что вокруг такой беспорядок.

Появилось понимание, что я хотела работу из детской позиции. Теперь есть желание вырастить свою взрослую часть, укрепиться в системе с родителями, с мужем, с детьми и из ресурса идти в самореализацию.

Стала более ответственно подходить к деньгам. Поняла, что энергия денег должна расти. Поняла, что важно знать и вести учет своих расходов. Осознала важность инвестиций. Поняла, что деньги такой же ресурс, как и время, здоровье, энергия. И что только я несу ответственность за свои деньги. Появилось желание зарабатывать. Возникает много идей куда я могу применить свои таланты.

Елена Б.

БЫЛО

Не всегда еще я ставлю себя на первое место, и не всегда на своем месте, часто не в ресурсе и бываю не в своих эмоциях.

В голове были жуткие истории с родителями. Не всегда понимала, из какой роли я общаюсь с папой.

Тело сигнализирует, когда что-то не так. Много денег трачу. Есть постоянный поток, но небольшой.

Мало энергии и ресурса, и страх (прошлые истории) присутствует. Есть блокирующие свойства мозга/сопротивление.

Мало времени остается на работу (младшей годик), частично занята.

Мои цели:

1. Научиться ставить себя и свои интересы на первое место, заботиться о себе и радовать себя, обрести ценность себя.
2. Сформировать навык счастливой жизни.
3. Понять, как это — быть в роли без потери ресурса.

СТАЛО

Я однозначно обрела опору в себе и поддержку. Теперь по-настоящему есть чувство, что я у себя есть.

Отношения с родителями отличные. Мама большая, но просто человек со своей судьбой и путем. У меня Мегапапа, очень люблю его.

С детьми стали ближе, родней. Дети стали детьми.

С партнером наметился «кризис». Основная атака была от мужа. Считаю, что пока никак с ней не справилась и поднялась тема-система, в которой нужно налаживать отношения.

На работе улучшения в плане оплаты, перспектив.

Появилось ощущение причинно-следственной связи — как я создаю все в своей жизни, как мир реагирует на мои действия.

Очень много людей в этот год решили позвонить и поздравить меня с днем рождения. Это стало знаком, что я стала видима и жива.

Ольга О.

БЫЛО

Не устраивал свой внешний вид, была неуверенность в себе, постоянно критиковала себя.

С мамой общались 1–2 раза в неделю, бывало реже. Очень люблю ее, но не хватало нежности и ласки.

Папы нет в живых. В детстве были отличные отношения, после развода с мамой все изменилось, есть обиды. Все равно очень люблю, много

раз работала над собой, чтобы понять и простить. Стало легче, но не чувствовала полного прощения.

У меня замечательный муж, в бытовом плане всегда все было хорошо, но не было душевного взаимопонимания, не хватало нежности, ласки, спокойствия. Обижалась на него, думала, что он несамостоятельный, не верила в него.

С детьми вообще ужас: крики, истерики, не слушаются, спокойствия ноль!

Со старшим сыном (16 лет) все отлично: учится хорошо, самостоятельно, полностью доверяю ему, есть небольшие проблемы со здоровьем.

Средний сын (10 лет) — «особенный» ребенок (на инвалидности), для меня это был самый актуальный вопрос. С ним никогда легко и не было.

Младшая дочь (5 лет) долгожданная, умница! Не было взаимопонимания, не слушалась, вредничала.

Дети зеркалят, но почему так происходит? Как это изменить?

Вроде бы я люблю и уважаю деньги, они всегда есть в моей жизни (бюджет общий).

Я дизайнер одежды и обожаю свою профессию! С раннего детства я мечтала построить качественный бизнес. Получалось пока плохо.

Цели

Главная — найти общий язык с ребенком.

Второстепенные: хочу любить себя на 100%, хочу суперские отношения с мужем.

СТАЛО

Дела все выучила, в течение дня стараюсь делать по возможности, чтобы вечером только проверить список и поставить галочки. Заметила, что многие дела вошли в привычку. От многих кайфую. Почему я не делала этого раньше, хотя всегда хотела? Постоянно анализирую свои реакции, поступки. Понимаю, какие будут последствия или ДОЗы.

Получила неожиданные подарки, один из которых только загадала и через день исполнилось. Вижу, как меняется муж в лучшую сторону.

Роль жены у меня самая интересно протекающая, то любовь, безумная, страсть, то развод. Вижу, что муж сам не понимает, что с ним происходит.

Дети стали спокойнее, послушнее. Роль мамы очень даже неплохо получилась. Дети видят, что мама другая стала, хорошая. Дети не слушаются — включила ласковую маму и это работает!

Нашла супертренера по йоге, от которого просто в восторге.

Научилась получать больше удовольствия от обыденных вещей.

На работе все получается, ситуации складываются наилучшим для меня образом. Дело двигается, появились заказы, на которые не рассчитывала, появились новые идеи, помощь других людей, даже муж предложил помощь, хотя изначально не верил в меня. Кайфую от работы. Пришли нужные знания и люди.

Везде успеваю. Нет очередей, все прохожу быстро.

Люди дарят комплименты.

Классно то, что я чувствую, как я меняюсь. Научилась за такой короткий период вещам, о которых мечтала долгое время.

Самое главное для меня то, что я научилась контролировать свои эмоции, переключать себя на положительное. Как следствие — стала спокойнее и научилась доставлять радость себе.

Еще больше историй на странице в Инстаграме:

pavlovskaia_evgeniya

Программы Евгении Павловской

Системный подход к Жизни и Бизнесу /
Systems approach to life and business

Технология системных решений #Жить свою Жизнь /
Systems Solutions Technology #Live Your Life

Специальность: Мастер системных решений /
Master of Systems Solutions (MSS)

«Мастер системных решений» — программа подготовки специалистов, работающих по авторской технологии Евгении Павловской # Live Your Life. Освоение программы дает возможность применять технологию в различных сферах бизнеса, вести консультационную практику, увеличивать свои результаты и результаты своих клиентов в сферах Деньги, Отношения, Здоровье.

Для жизни

Формируют навыки счастливой Жизни, дают понимание как устроен мир, какие законы в нем работают, как построить гармоничные отношения с партнером, родителями и детьми оставаясь при этом собой, как постоянно оставаться в ресурсном состоянии, и получать Бонусы от систем, в которых мы живем.

Для Бизнеса

Предназначены для собственников бизнеса, которые хотят вывести бизнес на новый уровень, повысить эффективность сотрудников, убрать «стеклянный потолок», приобрести спокойную уверенность в успехе всего задуманного, ставить амбициозные цели и достигать их. Позволяют достичь экстраординарных результатов в бизнесе, который на 80% зависит от эмоционального состояния и от отношений с партнерами, сотрудниками, родными и близкими и всего на 20% - от техник и технологий построения бизнес-процессов.

Про Деньги

Позволяют выйти на Свое место в системе «Я и деньги», увидеть причины проблем в финансовой сфере, убрать запреты и блоки, которые мешают двигаться вперед, помогают сформировать новый навык – управлять деньгами, а так же развить мышления богатого человека.

Хештеги Академии Системных Решений, по которым вы можете найти посты и полезные материалы в социальных сетях:

Instargam: pavlovskaia_evgeniya
Facebook: https://www.facebook.com/pavlovskayael
Вконтакте: https://vk.com/rasstanovki66ru

#АкадемияСистемныхРешенийЕвгенииПавловской
#ЖитьСвоюЖизнь
#МастерСвоейЖизни
#АвторСвоейЖизни
#СледующийУровень
#ВсеПростоЛегкоИКрасиво
#КтоХозяинВТвоемТеле
#ФокусВниманияНаХорошем

ЕВГЕНИЯ ПАВЛОВСКАЯ

САМ СЕБЕ ТВОРЕЦ

Инструкция к созданию жизни своей мечты

Подписано в печать 02.02.2021. Формат 70x100 1/16. Усл. печ. л. 16,9.
Гарнитура «Circe». Печать офсетная. Тираж экз. Заказ

СУТЬ МЕТОДА

Мы неправильно распределяем роли и слишком все усложняем, несмотря на то что сейчас 21 век, и все построено на технологиях. Ведь жить должно быть легче! Почему метод называют «технологией 22 века» — потому что жизнь не стоит на месте: если раньше были телеги, то сейчас супермашины, раньше все считали на счетах, то сейчас — калькулятор, когда-то мы отправляли письма, а сейчас созваниваемся по видеосвязи. И мы просто пользуемся сотовыми телефонами, а не лезем разбираться, как все устроено. И я даю технологию, в которой не надо разбираться, как в ней все устроено, надо брать и пользоваться, а разбираться будут эксперты. Больше не надо решать «истории», чтобы жить счастливо, нужно просто знать язык этого мира! Занимать свое место, соблюдая законы этого мира! В этом мире есть свой универсальный язык, на котором мы с вами будем общаться и который будем изучать в системном подходе. По сути — это алфавит, с помощью которого можно взаимодействовать со всем в этом мире.

Авторская система основана по принципу soft skills — это базовые коммуникативные, социальные или, проще сказать, надпрофессиональные знания, «базовые скилы»: как развивать отношения с людьми, в первую очередь, с родными и близкими, работать в команде, быть эффективным, оставаться собой в любой ситуации. Более 30 000 клиентов по всему миру. Более 50 программ в различных сферах жизни и бизнеса.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ИТЬС
ОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИ
О#ВСЕПРОСТОЛЕГКОИКРАСИВО#ВСЕ
КОИКРАСИВО#ВСЕПРОСТОЛ
ИТЬСВОЮЖИЗНЬ#Ж
ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТ
ОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛ
НАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШ
ОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИ
Ь#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТ
ВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТО
ЕГКОИКРАСИВО#ВСЕПРОСТОЛЕГКОИКРАСИВО#ВСЕПРОСТОЛ
ИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТ
ЕГКОИКРАСИВО#ВСЕПРОСТОЛЕГКОИКРАСИВО#ВСЕПРОСТОЛ
ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТ
ЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛ
ХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШ
ИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТО
СВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#Ж
ЕГКОИКРАСИВО#ВСЕПРОСТОЛЕГКОИКРАСИВО#ВСЕПРОСТОЛ
АНИЯНАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИ
ЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛ
ИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТ
ЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИ
ХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНАХОРОШ
АСИВО#ВСЕПРОСТОЛЕГКОИКРАСИВО#ВСЕПРОСТОЛЕГКОИКРАСИВО#ВСЕПРОС КРАСИВО#ВСЕПРОС
ОСТОЛЕГКОИКРАСИВО СТОЛ
СВОЮЖИЗНЬ#ЖИ
ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#ЖИ
ЛЕ#КТОХОЗЯИНВТВОЕМТЕЛЕ#КТОХОЗ
ХОРОШЕМ#ФОКУСВНИМАНИЯНА
АНИЯНАХОРОШ
ЖИТЬСВОЮЖИЗНЬ#Ж
ИНВТ
ЛЕ